Pani domu

11

miesięcznik · organ związku pań domu i instytutu gospodarstwa domowego ·

1 zł. 10

PANI DOMU

miesięcznik poświęcony

ORGANIZACJI GOSPODARSTWA DOMOWEGO

ORGAN INSTYTUTU GOSPODARSTWA DOMOWEGO
ORGAN ZWIĄZKU PAŃ DOMU

DZIAŁY: Zastosowanie naukowej organizacji do gospodarstwa domowego. Odżywianie. Jadłospisy. Produkty spożywcze i racjonalne użytkowanie ich. Przepisy kuchenne. Higjena. Wychowanie. Towaroznawstwo. Mieszkanie i jego urządzenie. Instalacje, przyrządy. Odzież Roboty ręczne. Rozwój ruchu naukowej organizacji gosp. domowego w kraju i zagranicą.

Nr. 11 **WARSZAWA, LISTOPAD 1933** **ROK VII**

TREŚĆ ZESZYTU:

Krajowe czy zagraniczne?

MARYA ROMANOWA.

HASŁO „Kupuj wyroby krajowe" rozbrzmiewa coraz silniej. Tymczasem różne wątpliwości, wypowiadane publicznie i prywatnie, wskazują, że nie wszyscy orjentują się na czem polega istota tego hasła.

W życiu codziennem kupujemy i płacimy, pracujemy i wydajemy, i to — zdaniem naszem — wystarcza, by głos zabierać w sprawach gospodarki narodowej, bez żadnego głębszego zastanawiania się nad owym problemem.

Co ma na celu gospodarka narodowa? Zapewnienie wszystkim obywatelom państwa takich warunków, by mogli pracować z jak największą korzyścią dla siebie, a przez to — i dla państwa.

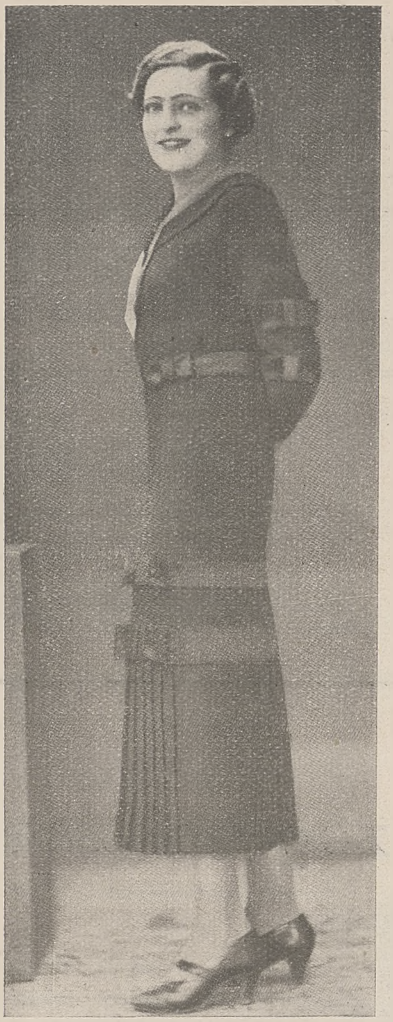
W rachubę musi być brany całokształt interesów, bo społeczeństwo nic nie zyska na finansowem upośledzeniu jednej swej warstwy czy grupy. Do czuwania nad równomiernem traktowaniem wszystkich grup powołane jest państwo, jego urzędy — jako czynnik bezstronny, wszystkiemi opiekujący się narówni.

W pewnych momentach może się wydawać, że państwo „zawzięło się" na daną grupę, np. na ziemian czy kupiectwo, że utrudnia jej rozwój albo niedość w nim pomaga. Zdaje się to nam zwłaszcza wtedy, gdy należymy do owej grupy: znamy wtedy dokładnie kłopoty specyficzne i mamy zaostrzoną uwagę i krytycyzm na wszystko, co nie nosi cechy specjalnie życzliwego traktowania naszej grupy. Rozumujemy wtedy jak młoda, niewyrobiona panna: „nie uśmiechnęli się do mnie, — a więc mnie nie lubią, i będą mi życie utrudniać".

W takim momencie zapominamy, że interesy naszej grupy to tylko jedna z pośród licznych części składowych gospodarki narodowej, w łonie której *ścierają się zawsze zupełnie sprzeczne interesy;* kierownictwo urzędowe tak musi je godzić między sobą, żeby nikt nie był dotkliwie poszkodowany.

Tak jest u nas. I tak jest w każdym kraju. Tak zawsze było i pewnie nieinaczej będzie. Podobnie jak wśród rodzeństwa każdy chciałby inaczej spędzić niedzielne popołudnie. Wymagamy pewnego posłuszeństwa od dzieci oraz zaufania, że rozstrzygając ich plany tak czy inaczej, rodzice nie chcą dokuczyć żadnemu. Z podobnem zaufaniem powinniśmy się odnosić do tych, którzy całą swą umiejętność, czas i siły zużywają na pracę kierowniczą i uzgadniającą interesy wszystkich grup w całokształcie gospodarki narodowej.

Omyłki i błędy są nieuniknione, bo nie myli się tylko ten, co nic nie robi.



Ładna suknia popołudniowa z bronzowej Hawaja-reversible ze świecącemi plisami i kokardami; mały okrągły kołnierzyk w rodzaju pelerynki w dwu kolorach.

Model „Maison Agnès" Krucza 14 m. 6 Warszawa

Pani domu kupuje

W ostatnim okresie społeczeństwo „odkryło" nas, panie domu. Trochę same przyczyniłyśmy się do tego, gdyż prace naszych trzech instytucji, pisma, Związku Pań Domu oraz Instytutu Gospodarstwa Domowego, zwróciły na nas ciekawą uwagę. Zrobiłyśmy się modne. Tak dalece, że różni organizatorowie zaczęli nas naśladować krok po kroku. My wystawę — oni też. My zakładamy swój Instytut — oni też jakiś swój, i t. d. i t. d. Do tego stopnia, że nawet bez pytania o pozwolenie potrafiono używać nazwisk dobrze znanych naszych działaczek do imprez, o których nic wiedzieć nie chciały. To było bardzo pochlebne, szczyt popularności.

Obecnie zaczęto nas wbijać w pychę systematycznie.

„Pani domu robi wszystkie zakupy".

„Pani domu kupuje tylko wyroby krajowe".

„Pani domu za nic na świecie nie nabędzie towaru pochodzenia obcego" (!).

„Kupno towaru zagranicznego — to zbrodnia".

Tak nam mówią, niby w naszem imieniu, a właściwie używając słów „pani domu" w zdaniu tak ułożonem, jak danej grupie jest wygodnie.

Towary krajowe

Rozumiemy dobrze, że na towarze, wyrabianym w kraju z krajowego surowca, zarobi polski rolnik czy hodowca, robotnik czy rzemieślnik, dyrektor, pracownicy biurowi i wszyscy dostawcy firmy. Zarobek ich będzie przez nich w dalszym ciągu wydany na różne towary; to też im więcej każdy z nich zarobi, tem więcej pieniędzy ulokuje w towarach czy w oszczędnościach, a więc tem lepiej nietylko dla nich, ale i dla gospodarki narodowej.

Co to jest towar „wytwórczości krajowej"?

1. Będzie nim w pierwszym rzędzie towar wyprodukowany z polskiego surowca, poddany fabrykacji lub przerobowi w fabryce, zatrudniającej polskich robotników, kierowanej przez polskich dyrektorów, operującej polskim kapitałem.

Pod słowem „polscy" musimy rozumieć *obywateli* naszego kraju, wolnej Rzeczypospolitej, która w swych granicach obejmuje poza rdzennymi Polakami mniejszości narodowe i rasowe. Każdemu z nas pozostawiona jest swoboda darzenia sympatjami tej lub innej grupy ludności; ale musimy pamiętać, że mniejszości narodowe mają prawnie zapewnione traktowanie równe traktowaniu większości. Żądając od nich lojalności — musimy również odnosić się do nich lojalnie, a — zachowując swobodę w wyborze źródła zakupu — nie odmawiać im równouprawnienia w zakresie przemysłu czy handlu. Zresztą, gdy zarabia obywatel polski, musimy się cieszyć z jego zatrudnienia; w razie bezrobocia bowiem on i jego rodzina stałyby się ciężarem dla polskich instytucji ubezpieczeniowych, społecznych i samorządowych.

Po towarze o bezspornej krajowej wytwórczości idą zkolei przedsiębiorstwa, które nazwiemy mieszanemi.

2. Naprzykład do fabrykacji wielu materjałów włókienniczych musimy sprowadzać surowiec — bawełnę. Dla celów innej fabrykacji importujemy kauczuk, pewne metale, dalej ryż, kawę i inne surowce, których bezwzględnie potrzebujemy, a których nigdy nie będziemy mogli produkować w kraju, choćby ze względu na nasz klimat i glebę.

Jednak przeróbka owych surowców częstokroć odbywa się w kraju, co zatrudnia wiele rąk roboczych. Podobnie jak przedsiębiorstwa poprzedniego typu, wytwórnie te biorą udział w ciężarach społecznych i podatkowych, a działalnością swą powiększają dochody i obroty swych dostawców i wszystkich tych, którzy mają z niemi do czynienia w zakresie świadczeń handlowych.

3. Mamy wreszcie przedsiębiorstwa,*) będące prawnie polskiemi, a stanowiące placówki

*) Nie zdajemy sobie sprawy, jak wiele przedsiębiorstw korzysta z kapitałów niemieckich, francuskich, angielskich, amerykańskich, włoskich, szwedzkich i t. d. Firmy zdawien dawna stuprocentowo polskie dziś są uzależnione od decyzji kapitału zagranicznego, który w nie wszedł często wyżej 50-ciu % udziałów polskich. Myli się, kto całą swą podejrzliwość skupia na przedsiębiorstwach o firmie znanej powszechnie zagranicą i na nie kieruje swe ataki.

wielkich firm zagranicznych. Nie wymieniam żadnej, bo lista byłaby zbyt długa. Stawia się im zarzut, że przedstawiają one kapitał zagraniczny, i że zyski tego przedsiębiorstwa wędrują od nas zagranicę.

Rozumujemy nielogicznie. Wszak słyszymy, że nie mając kapitałów własnych (bo systematycznej oszczędności nie lubimy, a jeśli mamy trochę uciułanych groszy — to umieszczamy je na półce z bielizną zamiast w banku, który mógłby obracać niemi i zasilać w ten sposób przemysł krajowy), oczekujemy na wzmacniające zastrzyki... kapitałów zagranicznych. O pożyczki zagraniczne lub wejście zagranicznego kapitału do różnych działów naszej wytwórczości zabiegają te grupy usilnie. Bo bez pewnych wkładów rzeczywiście nie można ani ulepszyć, ani potanieć produkcji. A skąd wziąć pieniądze, jeśli ich u nas niema?

Więc z jednej strony poszukujemy tych obcych pieniędzy, a potem, gdy weszły w nasze życie gospodarcze — boczymy się na nie z objawami spóźnionych wyrzutów sumienia. Mamy za złe, że zarabiają firmy, które nabyły licencje na na wyrób akurat takich samych wyrobów jak w innym kraju, ich kraju macierzystym. Mamy za złe, że zysk wywożą od nas!

Czyby gospodarka narodowa zyskała na tem, gdyby władze wytępiły tego rodzaju przedsiębiorstwa (których są setki i setki u nas) i skazały przez to na bezrobocie zastępy pracowników biurowych, robotników i t. d.? Nie mówiąc o tem, że te „obce" przedsiębiorstwa opłacają podatki i ubezpieczenia, utrzymują żłobki i dziecińce dla dzieci pracownic, że dzięki nim zarabia pośrednio wielu ich dostawców.

Ale zysk swój wywożą! A czyśmy sobie wyobrażali, że zysk oddadzą na Skarb Narodowy? Co w tem dziwnego, że chce zarobić człowiek, który kosztem pewnych ofiar zrobił oszczędności i ulokował je po za granicą swego kraju, w polskiej firmie, która dzięki temu będzie lepiej się rozwijać i więcej zarabiać?

Obawa o wzbogacenie cudzego kapitału nie powinna zatem nam dokuczać; jeśli kupujemy towar w firmie, którą uważamy za zagraniczną, pamiętajmy, że większość wydanych przez nas pieniędzy znajdzie się niebawem w kieszeni polskiego pracownika tej firmy... czy wreszcie w Urzędzie Skarbowym, co również nie powinno nas boleć, jako dobrych patrjotów!

O ustosunkowaniu się właściwem do gotowych fabrykatów importowanych — powiemy innym razem.

Druga wystawa Związku Pań Domu

Dziesięć dni temu otworzyłyśmy Drugą Wystawę Związku pod nazwą: *„POKAZ NOWOŚCI W GOSPODARSTWIE DOMOWEM"*.

Zadaniem wystawy jest:

1. pobudzenie wytwórców i sprzedawców krajowych do wytwarzania i sprzedawania racjonalnych sprzętów i narzędzi użytku domowego;
2. zaznajomienie pań domu z ulepszeniami w dziale urządzeń i prac domowych;
3. przedstawienie naszych żądań, jako konsumentek miast w zakresie aprowizacji rodziny w świeże produkty spożywcze i wskazanie producentom wsi możliwości znalezienia odbiorców na produkty, o ile te swem doskonałem przygotowaniem odpowiedzą wymaganiom nowoczesnej rodziny miejskiej pod względem nietylko higjeny, smaku i estetyki, ale przedewszystkiem pod względem liczenia się ze skromnemi budżetami.

Wystawa *„POKAZ NOWOŚCI W GOSPODARSTWIE DOMOWEM"*, jest urządzona w rozszerzonym lokalu Związku Pań Domu, Warszawa, ul. Nowy Świat 9, w sklepie frontowym oraz dalszych pomieszczeniach i trwać będzie z krótką przerwą do 17-go grudnia b. r.

Wystawa ma charakter dydaktyczno - propagandowy. Dzieli się ona na dwa zasadnicze działy.

DZIAŁ I-szy — URZĄDZEŃ trwać będzie do 12-go listopada.

W tym dziale są wystawione nowe lub mało znane eksponaty i modele z zakresu urządzeń, sprzętów i narzędzi gospodarskich, pomysłu i opracowania Związku Pań Domu, oraz eksponaty przemysłu krajowego, zakwalifikowane przez Instytut Gospodarstwa Domowego i Komisję Kwalifikacyjną.

Pokaz dydaktyczny obejmuje dział Instytutu Gospodarstwa Domowego, dział opału, pokazy nowych sprzętów i narzędzi, pokazy czynności domowych oraz dział wydawnictw Związku Pań Domu.

DZIAŁ II — APROWIZACJA trwać będzie od 16-go listopada do 17-go grudnia włącznie. W tym dziale winny znaleźć miejsce takie produkty, jak chleb, cukier, mleko i jego przetwory, jaja, owoce i przetwory, grzyby, miód, mięso (baranina), wędliny, drób, zwierzyna, ryby, używki i pokrewne produkty, jak pierze i t.p.

Pokaz dydaktyczny tego działu będzie obejmować pokazy gotowania i próbki nieznanych przekąsek, dział mleka, baraniny, soi, zafałszowanie produktów spożywczych, zastępcze artykuły spożywcze, nowe próby opakowania niektórych świeżych artykułów spożywczych.

Równolegle z powyższemi działami na wystawie mogą znaleźć *miejsce pokrewne gałęzie wytwórczości krajowej* oraz produkty pracy kobiecej, jak lniarstwo i jedwabnictwo, zielarstwo, wyroby ludowe i samodziały.

Podczas trwania obu działów Wystawy będzie zorganizowany osobny *Dział Sprzedaży eksponatów* zarówno mebli ZPD, jak i zgłoszonych specjalnie i nadesłanych do tego działu eksponatów, przyjętych przez Komisję Kwalifikacyjną.

KOMITET WYSTAWY

Komitet organizacyjny Wystawy składa się z następujących osób:

Iza Mandukowa — przewodnicząca.
Marja Chmieleńska — wice przewodnicząca i kierowniczka techniczna.
Jadwiga Dienstlowa i *Zofja Osmólska* — sekretarki.
Zofja Ludwigowa — skarbniczka.
Marja Kapuścińska — kierowniczka działu dydaktycznego.
Elżbieta Kiewnarska — kierowniczka działu aprowizacji.
Jadwiga Tittenbrunówna inż. arch. — doradczyni artystyczna.

ZAPROSZENI CZŁONKOWIE KOMITETU

Marja Zaborowska — naczelniczka wydz. szkół gospodarczych i handlowych w Min. W. R. i O. P.
Aniela Komornicka — dyrektorka Państw. Seminarjum Nauczycielek Gospodarstwa Domowego.
Marja Lewicka — wizytatorka szkół Gosp. Domowego.
Aniela Chołoniewska — wizytatorka szkół Gosp. Domowego.
Aniela Choromańska — wice-przewodnicząca dla wsi Zarządu Gł. ZPD.
Eleonora Czarnowska — przewodnicząca Stow. Zjednoczonych Ziemianek.
Helena Dzierzbicka — instruktorka Szkoły Ogrodniczej w Płocku.
Janina Huberowa — przewodnicząca Instytutu Gospodarstwa Domowego.
Marja Karczewska — przewodnicząca Rady Naczelnej Gosp. Wykszt. Kobiet.
Inż. Wacław Kączkowski — kierownik doświadczalni naukowej Instytutu Gospodarstwa Domowego.
Hanna Koryzna — sekretarka Zarządu Głównego ZPD.
Dr. Irena Laskowska — przedstawicielka Stow. „Służba Obywatelska".
Marya Romanowa — redaktorka pisma PANI DOMU.
Bolesław Rutkowski ekonomista — przedstawiciel Izby Przemysł. Handlowej.
Antonina Steinowa — przedstawicielka Związku Obywatelskiej Pracy Kobiet.
Stefanja Szoberowa — przewodnicząca Komisji Praktyk przy Państwow. Semin. Nauczyc. Gosp. Dom.
Felicja Wyczółkowska — dyrektorka Szkoły Gospodarczej w Chyliczkach.
Marja Żebrowska — Dyrektorka Szkoły Pszczelniczo-Ogrodniczej.

CZŁONKINIE ZWIĄZKU PAŃ DOMU, CZYNNIE ZAJĘTE W PRACACH KOMITETU.

Halina Lutostańska — przewodnicząca oddz. warsz ZPD.
Zofja Czerwińska — dział wydawnictw.
Antonina Jawidzykowa — dział sprzedaży.
Jadwiga Kamieniecka — dział urządzeń.
Marja Mauersbergerowa — dział aprowizacji.
Sabina Witkowska — dział pokazów.
KOMISJA KWALIFIKACYJNA — panie: *Chmieleńska, Kapuścińska, Kiewnarska.*

Pierwsza nasza wystawa w 1932 r. cieszyła się wielkiem powodzeniem i zyskała sobie zasłużone uznanie. Spodziewamy się więc, że i druga wystawa Związku Pań Domu p. n. *„Pokaz nowości w gospodarstwie domowem"* należycie spełni swoje zadanie.

BARANINA jak kupować i jak ją przyrządzać należy

MARJA KARCZEWSKA.

PRAGNIEMY zwrócić uwagę pań domu na wielkie znaczenie, jakie ma dla rolnictwa polskiego zwiększenie spożycia baraniny, gdyż tylko przy lepszym zbycie mięsa baraniego opłaci się większa produkcja wełny, która obecnie w dużej mierze sprowadzana jest z zagranicy.

Przyczyną niechęci pań domu do mięsa baraniego jest nieumiejętność oceniania go i zużytkowania. Jadamy baraninę zawsze jednakowo przyrządzoną z dodatkiem buraczków, nie licząc się z tem, że istnieje kilka gatunków baraniny i że każdy z nich może być w różny sposób zużytkowany.

Więc najprzód jagnięta 5—6-cio miesięczne, pełnomięsiste, trzymane przez lato na pastwisku i dokarmiane paszą treściwą białkową, która wywołuje silny rozwój delikatnego mięsa. Taką paszę mamy w owsie, grochu, bobiku i łubinie. Mięso jagnięce jest wyborowe. Można je podawać pieczone, smażone z rusztu, w potrawce, w pasztecie i jako paj (pie) w kruchem albo francuskiem cieście. Mięso jagnięce jest jasne, różowe, przerastałe, ale nie przetuczone.

Równie wysoki gatunek mięsa, ale o włóknie grubszem, więc wymagające skruszenia dają skopy w wieku 12—15-stu miesięcy. Z nich to mamy wspaniałe combry do podania po angielsku i ćwiartki do pieczenia. Ponieważ skopy mają cienkie kości, więc mięso ich jest bardzo wydajne. Można z górki krajać śliczne kotlety przy kostce do sosu cebulowego (soubise), robić wyborne szaszłyki z ryżem, gulasze węgierskie, wykwintne zraziki, potrawki duszone z groszkiem, farsz do pomidorów i kapusty oraz wiele innych potraw. Na kościach gotuje się smaczną zupę jarzynową paysanne, czyli po naszemu — chłopską, ziemniaczankę, krupnik, słodki kapuśniak i wiele innych.

Wreszcie najgorszy, ale prawie jedyny spotykany u nas gatunek baraniny, to mięso ze starych wysłużonych owiec cienkowełnistych, odznaczające się przykrym zapachem i grubym łojem, z którym niewiadomo co robić. Mięso owcze może być użyte tylko po dłuższem kruszeniu i kilkodniowem marynowaniu; zdatne jest głównie do gotowania i duszenia, łój ma niesmaczny, o przykrym zapachu, podczas gdy łój skopów może być doskonale użyty do najwykwintniejszych ciast z dodatkiem takiej samej ilości masła.

Kupując baraninę, należy zwrócić uwagę na to, jaki gatunek się otrzymuje i odpowiednio do tego ją zużytkować; wtedy przekonamy się, że to może być cenny produkt dla urozmaicenia naszej kuchni.

PRZEPIS NA NERKI SKOPOWE PO ANGIELSKU

A teraz podajemy przepis na nerki skopowe podane po angielsku, które łatwo zrobić; a stanowią wykwintną nowość.

Potrzebne produkty: 6 podłużnych grzanek usmażonych, 2 albo 3 skopowe nerki, 10 plastrów boczku wieprzowego przerastałego albo bekona, pół cebuli, zielona pietruszka, ubite jajko, pół kwaterki bułki tartej, sól i pieprz, łyżka masła.

Bułkę tartą utrzeć z masłem, pietruszką, cebulą i jajkiem, posolić i popieprzyć, rozsmarować na cienko pokrajanym boczku wędzonym, owinąć tem napół przekrajane nerki, a jeśli są dość duże, to przekrajać je na trzy części. Owiązać bawełną, piec przez 20 minut w dość gorącym piecu, zdjąć bawełnę, położyć każdy kawałek na gorącej grzance i polać sosem, który się utworzył.

DEKORACJA MIESZKAŃ ROŚLINAMI

HELENA WOLSKA

KIEDY przed dziesięciu laty nowy kierunek w architekturze wypowiedział walkę przeładowaniu mieszkań, walki tej nie należało pojmować jako propagandy ogołocenia i martwoty. Istnieje dział dekoracji wnętrza, którego nie dotknęła fala redukcji, dział, na który położono nacisk silniejszy niż kiedykolwiek przedtem. Jest nim dekoracja roślinna. Obfity dostęp światła i powietrza w nowem wnętrzu mieszkaniowem zapewnia roślinom idealne warunki bytu. Naodwrót, rośliny wnoszą pierwiastek indywidualnego życia; zmienność kwiatu i rośliny, rozkwit jednych i przechodzenie drugich sprawia, że wieczna świeżość przyrody przenosi się do mieszkania.

Najskromniejszy pokój, gdzie na stole postawiono wazon z kwiatami albo choćby jedną jedyną roślinę doniczkową na oknie, zaczyna żyć i nabiera charakteru. Oczywiście, dekoracja pięknych wnętrz dostatniej szafuje roślinami — zresztą to jedyna rozrzutność, na jaką sobie pozwala. Szerokie okna nowoczesne, podłoga przy ścianach ze szkła, niskie półki na kwiaty—i całe ściany-półki pomiędzy dwoma pokojami o dobrem oświetleniu — wszystko to zapełnia się roślinami doniczkowemi. Bez stłoczenia i chaosu, w rozstawieniu swobodnem i zdawałoby się zupełnie dowolnem, uwydatniają się wartości zdobnicze i charakter każdej rośliny.

Do dekoracji wybrano te, które najłatwiej hodować — i te, których kształty najlepiej harmonizują z otoczeniem. Zamiast palm, w nowem wnętrzu znalazły się lipy doniczkowe, filodendrony o wygięciach i liściach dekoracyjnych, oleandry, figowce i t. d. Większe rośliny umieszcza się wprost na podłodze, najczęściej nie wstawiając doniczek w osobne wazony jak to dawniej było w modzie; zdobimy niemi zarówno wnętrza wspaniałe, jak mieszkania urządzone skromnie (rys. 1) pod tym jednym warunkiem, żeby nie stały w cieniu i nie sprawiały wrażenia natłoku. Mniejsze rośliny o liściach wiecznie zielonych i barwnym kwiecie jak kliwja; kalla z liściem i kwiatem o szlachetnej linji, sharmonizowanej z charakterem nowoczesnego wnętrza, podobnie jak świetnie ubarwione amarylki; niektóre storczyki, freezje, liczne rośliny liljowate, aksamitna gloxinia, cyklameny, prymule, hortensje — pojedyńczo i w grupach — należą do najbardziej ulubionych roślin dekoracyjnych. Zielone asparagusy, zwłaszcza asparagus pierzasty, i piękna paproć adiantum również chętnie bywają umieszczane w mieszkaniach nowocześnie urządzonych.

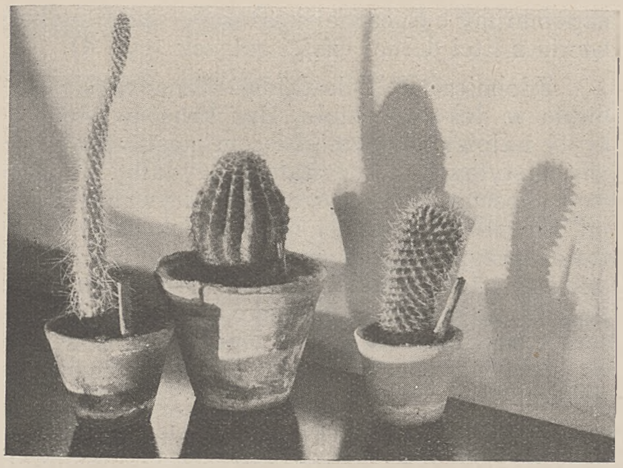


1. Kwiaty w wazonie i roślina w doniczce stanowią dekorację pełną prostoty i wdzięku.

Odrębne a chwilowo uprzywilejowane stanowisko przypadło kaktusom wskutek egzotyzmu form i kwiatów przepysznie ubarwionych. Całe kolekcje kaktusów ustawia się na specjalnie w tym celu skonstruowanych stojakach lub niskich półeczkach. Są wnętrza, w których korzystnie odbija taka półeczka polakierowana na żywy kolor wraz ze zwartemi sylwetkami kaktusów (rys. 2). Na oknie, rozłożysta opuncja, echinopsis, echinocactus lub zwisający cereus flagelliformis w kwiecie — nie mówiąc już o wspaniałej „Królowej nocy" (cereus grandiflorus) — mogą wywołać wrażenie nadzwyczajne. Jednak należy podkreślić, że hodowla kaktusów wymaga umiejętności, a nieraz przychodzi długo i cierpliwie czekać na zakwitnięcie rośliny.

Ulubioną ozdobą mieszkania są kwiaty cięte. I tutaj największa swoboda cechuje układ kwiatów w wazonie i wkomponowanie wazonu, plamy barwnej, w przestrzeń mieszkania. Stosownie do wielkości, wazon z kwiatami może stać wszędzie: na stole i w oknie, na szafie i na podłodze. Układ kwiatów lekki, niewymuszony, podkreśla płynność linji i zajmująco kontrastuje z horyzontalnemi sprzętami. Do wazonu czy też płaskiej patery wkłada się kilka kwiatów, pozostawiając je najchętniej tak jak się same ułożą — albo jeden tylko duży kwiat dekoracyjny. Dalja, mieczyk, chryzantema czy słonecznik w wazonie większym, róża lub storczyk w kielichu o wytwornym rysunku.

Kwiat i wazon uzupełniają się wzajemnie, dlatego stosowny ich dobór decyduje nieraz o wrażeniu. Wazony klasyczne — użyjemy takiej nomenklatury zarówno dla oznaczenia alabastrów o formie dosłownie klasycyzującej, jak i dla ustalonych typów wazonu (kryształy, Delft, Kopenhaga, porcelana chińska i japońska) — wazony klasyczne harmonizują z kwiatami stylowemi i egzotycznemi. Pod te nazwy podpad-



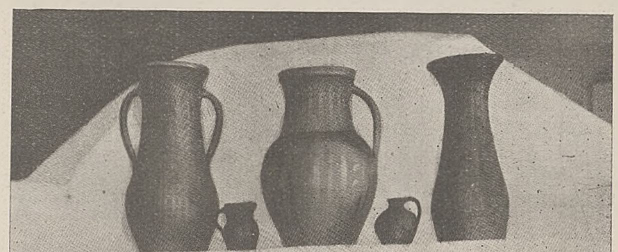
2.

ną róże, goździki, narcyzy, fijołki, tulipany, mimoza, kwitnące gałązki krzewu migdałowego i wiele innych. Nie do pomyślenia byłyby np. storczyki w ludowym garnku glinianym, który skądinąd posiada walory pierwszorzędne i jest nie do zastąpienia jako tło dla słoneczników, malw, maków, nasturcyj czy innego kwiecia o barwie jaskrawej a kształtach nieskomplikowanych. Pewien wyjątek stanowi tu ceramika poleska. Urny te, dzbany i garnki niepolewane, białe z ornamentem czerwonawym (Horodno) lub grafitowo-czarne o delikatnym ornamencie ton sur ton (Prużana, rys. 3) odznaczają się wyjątkową wprost wytwornością formy, kolorytu i ornamentyki. W urnę poleską można włożyć z powodzeniem i słoneczniki i dziwacznie nakrapiane lilje japońskie...

Nowoczesna dekoracja wnętrz otwiera pole działania dla produkcji wazonów wszelkiego typu. Wobec zamiłowania do kwiatów właściwie nigdy nie można ich mieć zadużo... Tylko już nie zastawiamy mebli wazkami, czarkami i flakonikami wszelkich rozmiarów, jak bywało dawniej. W niewielkiem mieszkaniu niema na to miejsca. W pokoju stoją jedynie wazony z kwiatami lub ostatecznie jakaś czarka, pełniąca rolę popielniczki. *Resztę schowano do szafy.* Jeżeli forma tych chwilowo zbytecznych wazonów zasługuje na to, umieszczany je w szafce za szkłem, czy też na półce obok małych roślin w doniczkach lub ceramiki zdobniczej. W ten sposób, *stosownie do pory roku* i do gatunku kwiatów, *mieszkanie przyozdabia się coraz innemi formami, zmienia wygląd, unika przeładowania i konwencjonalnej nudy obrazu ustalonego raz na zawsze.*

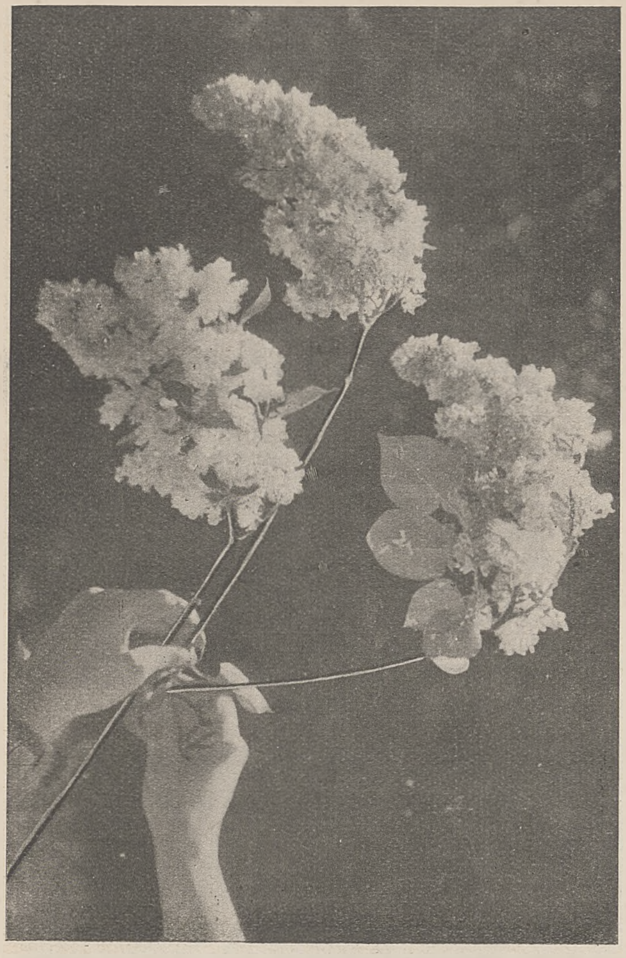
Kształty wazonów przeróżne. Mamy kielichy ze szkła barwionego o smukłej sylwecie, czarki metalowe nierzadko urozmaicone trawionym ornamentem, patery i flakony z kryształu — i wszelką ceramikę, od garnczka zacząwszy aż do wazonu z majoliki. Jeżeli mowa o typowej ceramice ludowej, warto podkreślić piękno pomalowanych dzbanów kaszubskich o bujnym, wprost barokowym ornamencie, ceramiki ciemnej z Wilna oraz białej z Huculszczyzny i Bolimowa, piękne polewane doniczki do kwiatów w barwie białej, żółtej, brunatnordzawej czy zielonej z Iłży i t. d. W tym zakresie produkcja krajowa wykazuje niezmierne bogactwo form. Charakter sztuki ludowej interesująco przeciwstawia się zestandaryzowanemu nowoczesnemu sprzętowi. Na mocy prawa kontrastu, doskonałe wrażenie wywołuje też pośród prostych brył wazon z kwiatami stylowy albo wschodni.

Natomiast wartość dekoracyjna przezroczystej, nawskroś nowoczesnej czary ze szkła występuje najwyraźniej tam, gdzie idzie o uwydatnienie linearnego piękna, układu łodyg i gałązek. Jedna gałązka pnącej rośliny, jak caprifolium kwitnące w lecie lub purpurowe dzikie wino w jesieni, umieszczona w szklanej wazie na szafce i opadająca wdół, gałązki drzew szpilkowych z szyszkami (szczególnie piękny w rysunku jest modrzew), jemioła, dekoracyjne osty i bodiaki, ogołocone z liści cienkie gałązki brzozy, do których na końcach przyczepiono kwiaty nieśmiertelników, „wiśnia żydowska" (mie-



3.

Ceramika poleska przedstawia różnorodność urn, dzbanów i garnków. Ich spokojna, klasyczna forma. piękny ornament i kolor — pozwalają stosować je jako wazony do wszelkich kwiatów. Ponadto są niedrogie. Do nabycia w Warszawie w Tow. Popierania Wytwórczości Ludowej, ul. Tamka 1.



4.

chunka) ze szkarłatnemi owocami, grona jarzębiny, suche wrzosy, wreszcie nawet suche gałązki drzew, których jedyną wartość dekoracyjną stanowi układ i proporcja linji — oto liczne a bardzo proste i tanie środki dekoracji mieszkania. Zwłaszcza w zimie, gdy świeżych kwiatów brak i ceny są wygórowane. Oczywiście, w tej samej wazie ze szkła bezporównania piękniej od „namiastek" będą się przedstawiały tulipany, kwiaty lilji wodnej czy gałązki kwitnącego bzu. Jednak, układając bez w wazonie, nie zapomnijmy o linearnej wartości — czyli o oberwaniu z liści dolnej części gałązek (rys. 4).

Zdobnicza rola kwiatów zaznacza się wybitnie w dekoracji stołu. Bez kwiatów stół nakryty najpiękniejszym obrusem, zastawiony serwisem stylowym i kryształami, wydałby się martwy. Obecnie, przy systemie nakrywania małemi serwetkami zamiast obrusa, dekoracji kwiatowej przypada rola jeszcze ważniejsza. Im większy stół, tem staranniej należy obmyśleć przybranie kwiatami. Nietylko wazon lub żardinjera pośrodku stołu, lecz kwiaty ułożone wprost na stole mają w tym wypadku duże znaczenie dekoracyjne.

Z najprostszych kwiatów jak bratki, rumianki, groszki pachnące, dzwonki (campanule); w jesieni z owoców miechunki i t. p., można ułożyć grupy lub desenie linearne, w rysunku zastosowane do stylu porcelany i serwetek, co niezmiernie ożywi nakrycie. Niezawodne wrażenie przy nakryciu na większą ilość osób robi prosta girlanda z kwiatów czy owoców przez środek stołu, w jesieni np. gałązki dzikiego wina, pośród których dla ożywienia ułożono kilka pięknych gron. Także płaska czarka z dużym kwiatem może być motywem dekoracji stołu, szczególnie jeżeli zielone gałęzki rośliny pnącej lub asparagusa stanowią połączenie.

Pośród stołów z metalu o blacie z bakelitu, tak popularnych w meblarstwie amerykańskiem, widuje się stoły z wgłębioną metalową listewką do układania kwiatów przez środek stołu: pomysł może niezbyt praktyczny, stanowi jednak dowód jak dalece architekci doceniają znaczenie dekoracji kwiatowej. Na stole z drzewa o szlachetnym rysunku słojów, wystarcza postawić kielich lub paterę z kilku pięknemi kwiatami; dotyczy to zwłaszcza stołu okrągłego, który charakteryzuje nowoczesną jadalnię.

Na zakończenie zaznaczmy, że jakkolwiek w handlu znajdują się liczne imitacje kwiatów, wykonane dowcipnie, a nawet artystycznie z masy perłowej, cellofanu, włóczki i t. p., to jednak nic nie zastąpi wdzięku i piękna natury, które w mieszkanie wniesie tylko żywa roślina i żywy kwiat.

Pulower do kostjumu lub pod futro i beret

ELŻBIETA SCHÖNOWA

Wełna: 100 gr różowej lub niebieskiej 16-ki; 10 gr czarnej 16-ki; 10 gr szarej 16-ki — wszystkie marki „Trókąt w kole". *Druty:* 2½ do ściągaczy i 4½ do pulovera. *Szydełko* 2½; do wykończenia.

ŚCIEGI. 1) Żebrowy do ściągaczy. 2-a oczka lewe, 2-a oczka prawe w następnym rzędzie, uważając, by lewe oczka wypadły na lewe, a prawe na prawe.

2) Gładki jerseyowy — pierwszy rząd cały prawe oczka (gładko), drugi rząd cały lewe oczka (odwrotnie), trzeci rząd prawe oczka i t. d.

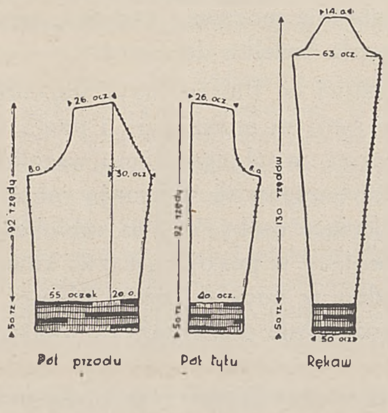
3) Ryżowy (na przód pulovera i klapki). Jedno oczko prawe, jedno oczko lewe, wracając zmieniać: tam gdzie prawe — robić lewe i naodwrót.

Przód.

Przód składa się z dwóch części. Zacząć ściągaczem żebrowym drutami 2½ na 75 oczek — 50 rzędów w górę, zmieniając dowoli paski wełny czarnej i szarej (patrz zdjęcie). Pamiętać o 3-ch dziurkach na guziki; wyrabia się je, opuszczając 5 oczek, a w następnym rzędzie nawijając 5 oczek na drut. Po 50-ciu rzędach przejść na grubsze druty — 4½ i robić lekko, by wełna nie straciła elastyczności. Z jednej strony robić 20 oczek ściegiem ryżowym (przód i klapka), 50 rzędów w górę. Przy rozszerzaniu klapek dodawać co 2 — 3 rzędy 1-o oczko, tak by mieć na drucie 30 oczek (patrz rysunek), w najszerszem miejscu klapki. Kreska na rysunku oznacza dodawanie oczek. Z drugiej strony boku, dochodząc do pachy, dodać — 5 oczek, po jednem co dwa rzędy.

Wyrobić pachę, spuściwszy 8 oczek odrazu i 3 razy po 2 oczka. Następnie prosto w górę, ujmując w całości oczka, tak by pozostało 26 oczek na drucie na ramię. Zakończyć. Drugą część przodu zrobić tak jak pierwszą, tylko w ściągaczu nie robić dziurek.





Plecy.

Zacząć ściągacz na drucie 2½, — 80 oczek na 8 cm wysoki, czyli 50 rzędów w górę, nie zapominając o zmianie pasków czarnych i popielatych. Po 50-ciu rzędach przejść na druty 4½. 45 rzędów wykonać bez dodawania oczek. Nie dochodząc do wycięcia pachy, dodać po 5 oczek z każdej strony po jednem oczku co dwa rzędy.

Pacha.

8 oczek spuścić i 34 razy po 2 oczka. Następnie prosto do góry 42 rzędy (razem wysokość pleców 92 rzędy). Ramiona zakończyć po 26 oczek z każdej strony, a szyjkę zakończyć prosto.

Rękaw.

Ściągacz na 50 oczek, 8—10 cm wysoki. Zmieniać paski czarne i popielate. Przejść na druty 4½. Zrobić 90 rzędów wgórę, dodając po jednem oczku z każdej strony, tak aby otrzymać 63—65 oczek na drucie. Wyrobić pachę, zakończywszy jednorazowo z każdej strony po 8 oczek, a potem stopniowo zmniejszając do 14-u oczek na drucie i zakończyć (30 rzędów od pachy w górę).

Zeszyć poszczególne części pulovera ze sobą po lewej stronie. Szydełkiem 2½ obrobić szyjkę półsłupkami i przyszyć guziki na dole przy ściągaczu, najlepiej czarnobiałe.

BERET.

Wełna. 10 gr wełny „Polo" marki „Trókąt w kole". *Szydełko* metalowe 2½. *Ścieg* — półsłupki.

Zacząć robotę od środka półsłupkami, stopniowo dodając, tak by utworzyło koło o średnicy 24 cm. Następnie od tego miejsca zmniejszać aż do obwodu głowy (przeciętnie 54 cm). Gdy beret skończony, przeszywamy go lekko nitką w najszerszem miejscu, przez co otrzymuje się kant.

BEZSENNE NOCE

NATURA ludzka jest przewrotna. Najdobitniej świadczy o tem sprawa tak wielkiej wagi, jaką jest sen. Ileż to razy zdarza się, że sen nam klei powieki wtedy, kiedybyśmy chcieli go przezwyciężyć wszelkiemi siłami i zachować trzeźwość umysłu, i odwrotnie, kiedy układamy się do snu, czujemy, że Morfeusz nawet nie ma zamiaru wziąć nas w swoje objęcia.

Trudno wyobrazić sobie coś bardziej szkodliwego zarówno dla ciała, jak i umysłu, niż brak snu. Każdy z nas, kogo trapi bezsenność, zna dobrze to niewypowiedzianie przykre uczucie, kiedy każda minuta wydaje się wiecznością wśród nieogarnionej ciszy nocnej. Noc, która powinna regenerować nasze zmęczone organy i siły, staje się udręką. Zamiast uspokojenia doznajemy uczucia zdenerwowania.

Różne są powody, które przeszkadzają usnąć, opóźniają sen, przerywają go lub niepokoją. Trzeba umieć znaleźć te powody i usunąć je, a wtedy unikniemy tego wielkiego zła, jakiem jest bezsenność. Jednym nie pozwalają zasnąć zaburzenia żołądkowe, innym wadliwe oddychanie lub zły obieg krwi. Wszelkie nadużycia, czy to w jedzeniu, czy w piciu, niedostatecznie przewietrzony pokój, zmęczenie fizyczne czy umysłowe, zbyt silne wrażenia, doznane w ciągu dnia, hałas pobliskiej ulicy, światło latarni lub budzącego się dnia — oto szereg najbardziej znanych powodów bezsenności.

Tajemnica zatem sztuki dobrego spania tkwi w usuwaniu, względnie w łagodzeniu w miarę możności wszelkich niesprzyjających mu czynników. Jeśli np. hałas przeszkadza ci spać, śpij w pokoju od podwórza; gdy to niemożliwe, zatknij uszy delikatnemi pomponikami waty lub bawełny. Jeśli razi cię światło, przewiąż luźno oczy jedwabną chusteczką, lekką i ciemną w kolorze. Lepszy to sposób od zasłon ciężkich lub okienic, które coprawda nie przepuszczają światła, ale jednocześnie pozbawiają pokój przewiewu świeżego powietrza. Materac powinien być płaski i sprężysty, ale nie miękki; poduszka powinna leżeć nisko.

Jeśli czujesz, że późno spożyta kolacja obciąża twój żołądek, przesuń godzinę posiłku; jeśli za dużo palisz, pijesz zbyt mocną herbatę lub kawę, jeśli szkodzi ci alkohol — postaraj się stopniowo odzwyczaić od tych wszystkich źle na ciebie działających rzeczy.

Z drugiej strony, wiele osób nie może zasnąć z powodu zbyt długiej przerwy pomiędzy ostatnim posiłkiem a chwilą położenia się do łóżka. W tym wypadku należy przygotować coś lekkiego do zjedzenia lub wypicia bezpośrednio przed snem.

Jedną z bardzo częstych dolegliwości jest zła cyrkulacja krwi, której objawem zazwyczaj są zimne nogi. Każdy z nas wie z własnego doświadczenia, jak trudno jest zasnąć, gdy ma się zimne nogi. Na tę dolegliwość niezawodnym środkiem jest albo ciepła kąpiel bezpośrednio przed snem, względnie moczenie nóg w ciepłej wodzie lub też ciepła butelka do łóżka.

Szczęśliwi ci, którzy mają wszelkie udogodnienia w swojem mieszkaniu i mogą dzięki temu skutecznie zapobiegać temu wszelkiemu złu, jakiem jest bezsenność. Co mają robić pojedyńczo mieszkające osoby, czy to sublokatorzy, czy też mieszkający w pokojach t. zw. kawalerskich, gdzie trudno w nocy o trochę ciepłej wody, a cóż dopiero mówić o zagrzaniu herbaty czy mleka!

Tu nam przychodzi z pomocą nowoczesna technika urządzeń gospodarskich. Cóż bowiem łatwiejszego, jak zagotować wodę, herbatę czy mleko, lub też nawet przysmażyć sobie coś lekkiego na kuchence spirytusowej „Emes"! Koszt niewielki, bo kuchenka jest tania, a posiadanie takiego sprzętu uniezależnia od służącej, od pory dnia czy nocy, i pozwala każdemu bez trudu i specjalnych zabiegów robić to, czego potrzeba chwili i organizm wymagają.

Jak urządzić wzorową pralnię.

MARJA CHMIELEŃSKA.

PRALNIE mieszczą się zwykle w suterenach lub piwnicach; jest to najpraktyczniejsze wyzyskanie miejsca w budynku, ma jednak wiele stron ujemnych. Najwięcej daje się wtedy we znaki konieczność noszenia mokrej bielizny do wieszania na strych nieraz przez kilka pięter; druga ujemna strona to nasiąkanie parą — a co za tem idzie wilgocią — fundamentów; wreszcie w wielu wypadkach brak dostatecznego światła.

Najwygodniej i najpraktyczniej, by pralnia sąsiadowała z miejscem, gdzie się suszy bieliznę, a zatem była umieszczona na strychu; bywa to już stosowane w wielu domach zagranicą. Pralnia być wtedy może bardzo widna, a kamienna posadzka zabezpiecza w zupełności od wilgoci sufity mieszkań; para od prania i gotowania wody jest łatwo usuwana przez odpowiednią wentylację, a zapachy idą w górę.

Jeżeli planujemy pralnię w domu własnym jednorodzinnym i urządzamy ją jednak nie na strychu lecz w suterenach, to można wtedy urządzić spust na brudną bieliznę, bezpośrednio z mieszkania do pralni. Wtedy w pralni musi być przewidziane miejsce na szafkę lub bęben blaszany jako schowek z blachą ocynkowaną nierdzewiącą; miejsce to powinno być odpowiednio wentylowane, t. j. z otworami, ażeby bielizna miała dostęp powietrza. Otwory małe lub zabezpieczone od myszy siatką nierdzewiejącą.

Pomieszczenie na pralnię powinno być widne, dobrze wentylowane, nie zaduże, dla uniknięcia zbytecznej bieganiny, ale też nie ciasne, ażeby można było swobodnie pracować. Najważniejsze jest ustawienie i dobór sprzętów, które powinny być zgrupowane tak, by wszystkie czynności mogły być spełniane należycie; dobre oświetlenie, dostosowanie wysokości stołu, ławek i t. p. do przeciętnego wzrostu osoby pracującej zapobiegają stracie energji i czasu. Jak widzimy z załączonego wzoru, rozmiary pralni mogą być niewielkie: wystarczy pomieszczenie 3 $\times$ 4 m, a nawet mniejsze, zależnie od tego, jakie w pralni mają znajdować się sprzęty, czy tylko do prania czy też również do maglowania i prasowania.

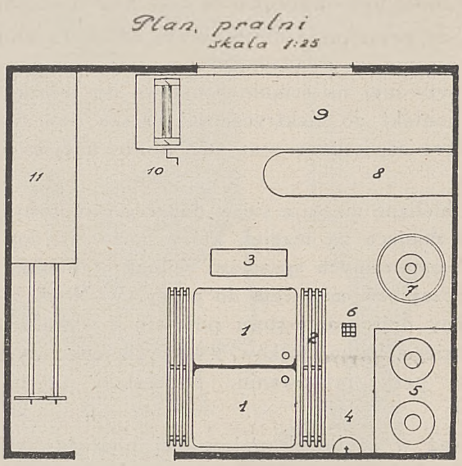
Najpraktyczniej jest, gdy w pralni znajduje się zwykły niewielki piec kuchenny z płytą bez fajerek, dający możność ustawienia 2 kotłów obok siebie, jednego na mydliny lub gotowanie bielizny, drugiego do grzania wody. Niezależnie od tego, dobrze jest zastosować wrzątnik (zbiornik nad płytą z wodą ogrzewaną przez palenisko kuchenne), żeby mieć w zapasie wodę ciepłą w większej ilości, gdyż jest rzeczą dowiedzioną, że ładny wygląd bielizny w dużej mierze zależy od doskonałego parokrotnego wypłókania jej w wodzie ciepłej.

Przy zastosowaniu maszyn do prania urządzenie pralni prawie nie ulegnie zmianie, gdyż w obu przypadkach balja lub wanna konieczne są do moczenia, prania i płókania bielizny, a piec kuchenny do grzania wody i mydlin. Do moczenia bielizny balja dwuprzedziałowa jest praktyczniejsza od wanny, gdyż daje możność oddzielenia bielizny czyściejszej (stołowej) od brudniejszej (bielizny osobistej).

Jeżeli pralnia ma jednocześnie stanowić miejsce do kąpieli, to oczywiście konieczna jest i wanna; wymaga to jednak większego pomieszczenia.

Panujące jeszcze do tej pory przekonanie, że w pralni powinien znajdować się tylko duży kocioł wmurowany do gotowania bielizny i grzania wody jest najzupełniej błędne; urządzenie takie jest kosztowne, a mało praktyczne, gdyż nie pozwala na wykonanie jednocześnie obu tych czynności i powoduje niepotrzebną stratę czasu. W każdym razie, niezależnie od kotła, powinna znajdować się choćby niewielka płyta kuchenna.

Kocioł wmurowany może mieć zastosowanie tylko w większych zakładach, internatach, szpitalach, gdzie pierze się jednorazowo duże ilości bielizny i konieczne jest jej gotowanie.



1) balja dwuprzedziałowa, 2) ruszt drewniany do stania, 3) stołek pod kosz do bielizny, 4) zlew, 5) piec kuchenny, 6) kratka ściekowa, 7) maszyna do prania, 8) deska do prasowania podnoszona, 9) stół do pracy. 10) magiel, 11) suszarnia z wysuwanemi wieszakami.

Obecnie zbieranie dużych zapasów bielizny, któremi chlubiły się dawniejsze gospodynie, należy już do przeszłości. Niema na to teraz ani miejsca, ani pieniędzy. Obecnie zadowalamy się tylko konieczną ilością bielizny i odświeżamy modniejszymi fasonami.

Zresztą obecnie wbrew dawnym zwyczajom urządzamy pranie często, gdyż badania naukowe nad praniem wykazały, że plamy czy brud znacznie trudniej się wypierają, gdy dłużej leżą. Coraz więcej ustala się zwyczaj urządzania prania co 2 — 3 tygodnie (w Ameryce piorą co tydzień), choćby dlatego, że wobec coraz trudniejszych warunków życia i niemożności wynajmowania praczki daleko łatwiej robi się to siłami domowemi; przy dobrej organizacji i ułatwionym systemie prania nie narusza się zbytnio zwykłych zajęć codziennych. Pranie z okresu 2-ch tygodni z 5 osób można bez wielkiego wysiłku zrobić w przeciągu kilku godzin rannych jednego dnia i wykończyć w 2 godziny następnego.

Postawienie w pralni pieca kuchennego z piecykiem ma jeszcze tę dobrą stronę, że rodziny, które posiadają tylko kuchnie gazowe do codziennego użytku, mogą mieć rezerwę w razie zepsucia się gazu.

Sprzęty powinny być zgrupowane w pobliżu pieca kuchennego, gdyż przy czynnościach związanych z praniem konieczna jest łączność stołu, balji i płyty kuchennej. W pralni powinien znajdować się duży wygodny stół po-

stawiony w pobliżu okna, a pod oknem dobrze oświetlona balja zwykła lub dwuprzedziałowa. Balja taka ułatwia pracę, gdyż daje możność wyżymania i równoczesnego przekładania bielizny z jednej balji do drugiej, przyczem wyżymaczkę umocowaną w środkowej przegrodzie można przekładać. Pożądane jest, ażeby obie balje miały ścieki. Między piecem kuchennym a baljami powinien mieścić się zlew, nad nim dwa krany z wodą zimną i gorącą; kiszka gumowa zakładana na krany daje możność nalewania bezpośrednio wody do kotłów lub do balji. Przy zlewie — ściek okratowany do usuwania mydlin i wody. Miejsce między stołem, płytą kuchenną i baljami przeznaczone jest na maszynę do prania (kompresor, maszynę bębnową lub t. p.). Dokoła maszyny powinno być tyle miejsca, ażeby można było poruszać się swobodnie. Jeżeli pomieszczenie jest niewielkie, maszyna może być odsuwana na czas prasowania.

Deska do prasowania powinna być umocowana na stałe przy ścianie, z urządzeniem do podnoszenia na czas prania; przy niej na ścianie podstawa do żelazka gazowego i kontakt do elektryczności. Deska powinna mieć także dobre oświetlenie oraz stać blisko miejsca zmiany żelazek.

Jeżeli bieliznę magluje się w domu, powinno być przewidziane miejsce na magiel, który może znajdować się dalej od omawianych sprzętów, jednak w pobliżu stołu, z wystarczającem miejscem do pracy. W Nr. 8 b. r. zamieściliśmy opis magla-stołu pomysłu i wykonania inż. Teleżyńskiego. Kilka stołków, z których jeden wyższy do siedzenia przy prasowaniu, dopełniają umeblowania pralni.

Ponieważ w pralniach najczęściej podłoga bywa kamienna, pożądane jest kładzenie drewnianej podstawki ze zbitych szczebli w miejscach, gdzie się najczęściej stoi.



Balja dwuprzedziałowa z wyżymaczką, którą można przekładać na dwie strony.

A teraz jeszcze kilka słów o miejscu suszenia bielizny. Poza ogólnie stosowanem suszeniem na strychu, jeżeli sutereny są jasne i wysokie, można bieliznę suszyć także na dole przez wyzyskanie ciepła od centralnego ogrzewania. Oprócz zwykłego suszenia bielizny można stosować specjalne suszarnie — szafy, gdzie bielizna w przeciągu paru minut może wyschnąć ogrzewana ciepłem gazu lub kaloryferów. Opis i ilustrację suszarki gazowej podawaliśmy w Nr. 4, 1931 roku.

Wszystkie kłopoty z suszeniem nie mają miejsca tam, gdzie można pozwolić sobie na zainstalowanie suszarni i pralni mechanicznej.

WSKAZÓWKI PRZY PRANIU.

Zasada. Prać często, nie trzymać długo zabrudzonej bielizny, gdyż brud wtedy łatwiej się usuwa; przechowywać brudną bieliznę w koszach, workach lub schowkach wentylowanych. Pończochy, skarpetki, rzeczy wełniane i jedwabne przechowywać oddzielnie, jako wymagające innego, to znaczy oddzielnego prania.

Nie wkładać nigdy do schowków bielizny wilgotnej albo splamnionej.

Odplamiać przed praniem.

Przygotowanie. Mydło „cechowane" zakupić wcześniej na kilka tygodni, pokrajać na kawałki i wysuszyć.

Zabezpieczyć sobie posiadanie klucza od strychu w terminie prania; zakupić w czasie właściwym wszelkie inne potrzebne środki, np. sodę, farbkę, krochmal, chlorek, proszek samopiorący i t. p.; opatrzyć sprzęt do prania i przygotować opał.

Bieliznę posortować, ażeby ją prać kolejno lub oddzielnie; sortujemy ją na:

1. stołową,
2. pościelową, t. j. zwykle czyściejszą,
3. osobistą, t. j. zwykle brudniejszą,
4. chustki do nosa,
5. kolory,
6. ścierki.

Pranie. Przy praniu bielizny stosowane są następujące kolejne czynności: namoczenie, pranie właściwe, gotowanie, płókanie (bielenie, farbkowanie, krochmalenie), suszenie, składanie, maglowanie i prasowanie.

Posortowaną bieliznę białą i ścierki moczyć 12 godzin, najlepiej na noc w wodzie letniej, zmiękczonej przez dodanie 1 g sody krystalicznej na litr wody, t. zn. 2 dkg (łyżki stołowej) na 20 litrów, czyli 2 łyżki sody na kocioł 40-sto litrowy.

Jeżeli niema możności moczenia bielizny oddzielnie, należy układać brudniejszą na spód, a czyściejszą na wierzch; chustki do nosa w osobnej poszewce.

Bieliznę po namoczeniu wyżąć, przejrzeć, bardziej zbrudzone miejsca natrzeć lekko w mydlinach i odłożyć.

Tylko w ten sposób przygotowaną bieliznę należy prać. Nie brać nigdy do prania bielizny suchej, nienamoczonej.

Do prania bielizny w balji trzeba przygotować mydliny w ten sposób: do zmiękczonej wody jak wyżej dodając drobno strugane mydło w ilości 3 g na litr wody; (na 20 l wody — 1 łyżkę stołową sody krystalicznej, t. j. 2 dkg sody i 6—8 dkg mydła). Sodę i mydło należy rozpuszczać kolejno, najprzód sodę dla zmiękczenia wody, a później mydło; rozpuszczamy je w małej ilości wody gorącej i dopiero potem wlewamy do garnka lub kotła.

P r a ć w dobrze gorących mydlinach. Mydliny po praniu, szczególnie bielizny osobistej, powinny być wylewane. Po upraniu przed gotowaniem pożądane jest wypłókanie bielizny w gorącej wodzie. Gotować krótko, 10—15 minut od chwili zagotowania.

Do gotowania przyrządza się mydliny jak do prania lub też — gdy bielizna bardzo czysta — biorąc w połowie podaną proporcję mydła. Proporcja sody zostaje ta sama, gdyż jej zadaniem jest zmiękczenie wody.

Płyn z gotowania bielizny może być użyty do dalszego prania, np. po wygotowaniu bielizny stołowej do namoczenia ścierek.

Gdy bielizna cała nie jest zbyt brudna i nie posiada specjalnych zabrudzeń, może nie być gotowana, jednakże krótkie gotowanie polecane jest jako dezynfekcja; dodatek proszków samopiorących powoduje bielenie.

W pensjonatach i przy praniu bielizny po chorych lub osobach obcych gotowanie jest konieczne. Konieczne również jest gotowanie chustek do nosa i ścierek, naturalnie oddzielnie.

P ł ó k a ć natychmiast po praniu czy gotowaniu w dobrze gorącej wodzie pierwszy raz, a w wodzie ciepłej po raz drugi. Dobre wypłókanie bielizny jest równie ważne jak samo pranie. Najlepiej płókać w wodzie bieżącej.

Wrzucanie bielizny na noc do wody nie jest konieczne; stosuje się je tylko wtedy, gdy pranie musi być przerwane.

B i e l i ć bieliznę można, albo gotując w proszkach samopiorących, biorąc na 20 litrów 1 dkg proszku (1 łyżkę czubatą) rozrobionego w małej ilości zimnej wody i *przecedzonego*, lub też stosując ostrożnie chlorek wapnia.

Zwyczaj bielenia bielizny chlorkiem (chlorkiem wapnia) wygotowanym nie jest skuteczny, gdyż właśnie gotowanie chlorku niszczy jego własności bielące. Powyższe wiadomości o chlorku podajemy w celu wyjaśnienia. Zasadniczo nieumiejętne bielenie chlorkiem powinno być zarzucone jako niszczące tkaninę. Tylko w zupełnie wyjątkowych wypadkach dużego zżółknięcia bielizny można zastosować chlorek wapnia.

Chlorku bierzemy 1 łyżeczkę od herbaty na litr wody i moczymy 5—10 minut w roztworze niegotowanym *przecedzonym*, a następnie szybko i dokładnie płóczemy kilkakrotnie.

F a r b k o w a ć mało.

K r o c h m a l i ć tylko kołnierzyki, mankiety, ewentualnie fartuchy. Do krochmalenia używać krochmalu pszennego, wzgl. mąki kartoflanej, jako produktów krajowych.

K o l o r y prać bez sody w letnich mydlinach, w wodzie miękkiej, to znaczy deszczowej lub przegotowanej. Płókać dwukrotnie, dodając wkońcu trochę octu dla utrwalenia koloru.

W i e s z a ć bieliznę zaraz po upraniu na sznurach wytartych z kurzu, sprawdziwszy ich wytrzymałość, roztrzepując bieliznę i uważając, aby przy wieszaniu miała prawidłową formę (prześcieradła, obrusy, firanki lekko zmarszczone).

S k ł a d a ć niezupełnie wyschniętą i tak starannie, aby po maglowaniu nie potrzeba było wszystkiego prasować (oszczędność sił, czasu, opału i tkaniny).



Ustawienie bębna do prania na specjalnej podstawce ułatwia wylewanie mydlin przy praniu kompresorem.

Wełna i jedwab.

Posortować na gatunki i kolory, przygotować mydliny letnie, z dobrego mydła, strugając go drobno na płatki lub używając płatków mydlanych fabrycznych w proporcji 1 łyżeczki stołowej płatków na litr wody gorącej.

W e ł n y po dokładnem wypłókaniu osuszyć, wyciskając zawinięte w prześcieradle lub płótnie, i układając do wyschnięcia na materjale, aby zachowały pierwotną formę.

J e d w a b i e uprane wycisnąć a nie wyżymać, rozkładać — nie wieszać, prasować wilgotne, niezbyt gorącem żelazkiem.

Przybory do prania.

Przybory do prania wypróbowane i polecone (ocechowane przez Instytut Gospodarstwa Domowego):

Wyżymaczka: „Syrena".

Mydła: Kołłontay „z pralką", Adamczewski „z wieżą", „Społem".

Proszki samopiorące: „Społem", „Radion", „Mydlinol" Adamczewskiego.

Pranie za pomocą kompresorów.

Ogólne uwagi, dotyczące prania ręcznego, t. zn. prania bez użytku innych pomocniczych maszyn prócz tary — odnoszą się również do prania przy pomocy kompresora.

JADŁOSPISY NA LISTOPAD

Jadłospis I mięsny

Obiad. Rosół z cielęciny t. zw. Vealbroth (1). Zrazy zawijane z polędwicy; ziemniaki smażone, sałata z rydzów. Jabłka w marengach (2).

Kolacja. Sałata jarzynowa. Jaja z sosem chrzanowym, zaprawionym żółtkami.

Jadłospis II mięsny

Obiad. Kapuśniak ze słodkiej kapusty z pomidorami. Bitki cielęce z kaszą (3). Surowe owoce.

Kolacja. Sałata z ugotowanych w słonej wodzie porów, zaprawionych cytryną i oliwą. Kluski z serem.

Jadłospis III bezmięsny

Obiad. Zupa ryżowa z jarzynami (4). Pomidory duszone z makaronem (5). Kompot z suszonych owoców.

Kolacja. Mleko kwaśne. Kasza hreczana w naleśniku (6).

Jadłospis IV bezmięsny

Obiad. Barszcz czerwony, czysty na smaku jarzynowym; ziemniaki. Blinki z manny ze śmietaną. Jabłka pieczone.

Kolacja. Sałata z brukselki. Jaja sadzone na grzybowym smaku (7).

PRZEPISY (Proporcje na 4 osoby).

(1) Rosół z cielęciny t. zw. Veal-broth
(przep. angiel.).

1/2 kg cielęciny (łopatka)
2 litry wody
makaronu garść,
jałowcu parę ziarnek,
gałki muszkatołowej, soli do smaku.

Ugotować cielęcinę z solą, gałką i jałowcem, rosół przecedzić, dać trochę makaronu domowego i cielęcinę pokrajaną w kostkę.

(2) Jabłka w marengach

5 jabłek,
15 dkg cukru.
4 dkg rodzenek,
2 dkg skórki pomarańcz,
2 dkg skórki cytryn,
2 białka.

Rozgotować jabłka, z dodaniem cukru, rodzenek i skórki pomarańczowej i ułożyć marmeladę na ogniotrwałym półmisku. Pokryć sztywną pianą ze skórką cytrynową, posypać cukrem i zrumienić w gorącym piecu.

(3) Bitki cielęce (przep. rosyjski)

3/4 kg cielęciny bez kości,
1/4 kg łoju nerkowego,
5 dkg masła,
1/2 bułki namoczonej w mleku,
1 całe jajko.

Cielęcinę, łój, masło i bułkę posiekać nożem lub przepuścić przez maszynkę, dobrze zmieszać, dodając soli do smaku i całe jajko. Porobić okrągłe bitki, usmażyć na sklarowanem maśle. Podawać z kaszką krakowską lub perłową.

(4) Zupa ryżowa z jarzynami

15 dkg ryżu
5 dkg masła,
1 1/2 litra smaku jarzynowego,
kalafjor lub 1/4 kg groszku.

Na smaku jarzynowym rozgotować zupełnie ryż; przetrzeć przez sito ryż razem z włoszczyzną. Osobno ugotować w małej ilości wody kalafjor lub groszek (z konserwy) z odrobiną masła, solą i cukrem. W chwili podania włożyć jarzynę do zupy wraz z łyżeczką śmietankowego masła i więcej nie gotować. Można też zaprawić żółtkiem.

(5) Pomidory duszone z makaronem

8 pomidorów,
1/4 kg makaronu włoskiego,
6 dkg masła,
tarta bułka.

Udusić całe pomidory w maśle, przesypując tartą bułeczką. Obłożyć makaronem włoskim.

(6) Kasza hreczana w naleśniku

20 dkg kaszy hreczanej,
10 dkg suszonych grzybów,
3 cebule,
5 dkg masła,
10 dkg mąki,
2 jaja.

Kaszę ugotować na sypko. Grzyby ugotować i pokrajać w paski; podsmażyć na maśle 3 cebule i to wszystko wraz z 1/3 litra smaku grzybowego zmieszać z kaszą, posolić. Zrobić 12 naleśników. Rondel wysmarować masłem, wysypać bułeczką, ułożyć naleśniki na dno i boki, kłaść naprzemian warstwę kaszy i przykrywać naleśnikiem. Zapiec w piecu. Podawać z sosem grzybowym.

(7) Jaja sadzone na grzybowym smaku

8 jaj, 3 dkg grzybów,
5 dkg masła.

Zrobić zwykłym sposobem sos grzybowy (bez śmietany) i na patelnię z tym sosem gotującym się spuszczać jaja.

Klementyna Stadnicka.

(8) Placek prędki „goście jadą"

8 całych jaj,
2 szklanki cukru.
3—4 dkg migdałów gorzkich,
2 łyżki świeżego masła,
4 szklanki mąki,
1 proszek „Luba",
skórka pomarańczowa,
10—15 dkg czarnych rodzenek.

Ubić jaja z cukrem, dodać masło, migdały zmielone lub drobno posiekane [1]). Wszystko rozetrzeć dobrze, dosypując mąkę zmieszaną z proszkiem. Wybić drewnianą łyżką, by ciasto było jednolite, dodać rodzenki i skórkę pomarańczową, wymieszać i wyłożyć na brytfannę wysmarowaną masłem. Upiec w średnio gorącym piecu.

(9) Flaki jarskie

1/4 kg marchwi,
15 dkg pietruszki,
kawałek selera i pora,
1/4 kg kartofli,
1 cebula,
1/2 szklanki śmietany,
2 dkg mąki,
majeranek (kto lubi) imbir,
sól i pieprz do smaku,
2 dkg masła.

Jarzyny prócz kartofli pokroić w paski jak makaron; włożyć do rondla na rozpuszczone masło, dusić pod przykryciem, potem podlać wodą lub smakiem z włoszczyzny i dusić aż będą miękkie; dodać ziemniaki pokrajane również w paski, korzenie i śmietanę, gdy ziemniaki już dojdą, zaprawić mąką rozprowadzoną zimną wodą lub smakiem, włożyć pulpety i raz zagotować. Można dodać trochę ugotowanego makaronu domowego.

Pulpety. Zagotować 1/4 litra wody z masłem i koperkiem, wsypać 5 dkg kaszki krakowskiej i mieszając ugotować na gęstą kaszę; gdy przestygnie, wbić jedno całe jajko, dodać więcej koperku, wymieszać dobrze i formować małe kulki wielkości orzecha laskowego.

---

[1]) Zmielone migdały przechować można zmieszane z cukrem i ubite w słoiku szklanym, dobrze zamkniętym.

(10) Dżem z żórawin (do chleba i ciast)

1 dkg żórawin, 2 szklanki soku z żórawin.
50—70 dkg cukru,

Aby otrzymać 2 szklanki soku, trzeba ¾ kg żórawin zalać szklanką wody i na wolnym ogniu gotować aż puszczą sok, wylać do płóciennego lub flanelowego woreczka i powiesić, by sok sam ściekł. 2 szklanki tego soku wlać do miseczki, wsypać cukier i mieszając na wolnym ogniu, gotować aż cukier rozpuści się; wtedy wsypać wymyte i przebrane żórawiny i smażyć na silnym ogniu, potrząsając miednicą. Po 10-ciu minutach wlać trochę na spodek, wstawić do zimnej wody, o ile dżem krzepnie — jest gotów; w przeciwnym razie dosmażamy go jeszcze i powtarzamy próbę. Zlewać gorący do suchych i ogrzanych słoików; zalać pechem gdy przestygnie.

J. Czechowska.

DIETA PRZY ARTRETYZMIE.

Kuracja dietetyczna powinna doprowadzić do zmiany konstytucji ciała, a więc chudemu artretykowi zastosować należy kurację tuczącą, otyłym — obchudzającą. Poza tem w każdym wypadku unikać należy pokarmów, zawierających tak zwane puryny, które wytwarzają dużo kwasu moczowego, a więc: cynaderek, móżdżku, wątroby, flaków, ryb morskich, a szczególnie szprotów, sardynek, sardeli, mocnej kawy i herbaty.

Spożywanie mięsa i ryb takich, jak sandacz, karp, szczupak nie ma wielkiego wpływu, chociaż nadmierne używanie tych pokarmów nie jest dobre, a mięso z młodszych zwierząt, np. młodych kaczek, indyczek, kurcząt szczególnie jest szkodliwe. W stanach ostrych dobrze robi lekkostrawna dieta jarzynowo-owocowo-mleczno-kaszkowa. Szczegółowe jednak normy dzienne musi wskazać lekarz. Ogładzanie się, stosowane bez kontroli lekarza, może doprowadzić do zbytniego osłabienia.

Przy gotowaniu potraw należy zastosować następujące wskazówki:

1) Do smaku na zupy nie używać kości, a gdy zdrowym podajemy rosół na kościach i mięsie, artretykowi należy osobno przyrządzić zupę na smaku wyłącznie z jarzyn.

2) Solić możliwie jak najmniej.

3) Wody, w której gotowały się ziemniaki, a zawierającej duże ilości cennego dla artretyków potasu, używać do zup i sosów.

4) Do sałat z jarzyn surowych i gotowanych dodawać dla artretyków więcej soku z cytryny, a do sałaty ziemniaczanej zamiast śledzia dodać siekanej cebuli i czosnku z oliwą.

5) Herbatę dla artretyków podawać bardzo lekką lub zamiast niej gorącą lemoniadę z plasterkiem pomarańczy.

6) Kawy używać zbożowej lub bezkofeinowej.

7) Mięsa spożywać jak najmniej, ale z drugiej strony pamiętać należy, że mięso unieszkodliwia się częściowo przez spożywanie równocześnie z niem obfitości warzyw. A więc podawajmy artretykom do mięsa oprócz ziemniaków jeszcze sałatę z jarzyn lub jarzynę liściastą na surowo, albo jarzynę korzeniową gotowaną.

Mag. dietetyki M. Morzkowska.

PROSIMY O WPŁACANIE PRENUMERATY

OPIECE CZYTELNICZEK

Polecamy porzuconą przez męża matkę trojga dzieci (dwaj chłopcy wysokiego wzrostu, lat 12 i 10 i córeczka dwuletnia). Rodzina w zupełnej nędzy.

Chodzi o *natychmiastową pomoc* w formie pieniędzy, ciepłej odzieży, butów dla chłopców, środków opałowych lub żywnościowych, a *przedewszystkiem o wynalezienie zajęcia* dla matki, któraby nie chciała wykorzystywać dobrego serca ludzi, lecz pracą swą na dzieci zarabiać. Wszelkie zajęcie, choćby dorywcze na początek, będzie przez nią powitane z radością i wdzięcznością.

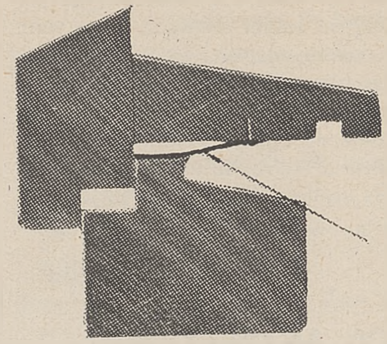
Temu parę lat pracowała jako urzędniczka (po polsku mówi z akcentem cudzoziemskim, bo ojciec jej był Szwedem, a matka gorącą patrjotką polską). Ma lat 33, skończyła szkołę średnią w Petersburgu.

Obowiązkiem naszym jest pomóc matce, która walczy o dzieci.

Dary w naturze lub gotówce z zaznaczeniem „dla rodziny Z" prosimy przysyłać do redakcji PANI DOMU N. Świat 9, skąd zostaną przesłane pani Z.

NOWY SPOSÓB OPATRYWANIA OKIEN

Zwykle z nadchodzącą jesienią kupowało się wałki waty i zakładało je w szpary okien i drzwi. Przy odrobinie staranności osiągano niezgorsze rezultaty, o ile chodzi o ciepło; dobrze zaopatrzone watą okno nie przepuszczało zimna do mieszkania, nie pozwalało jednak na racjonalne jego wietrzenie, każde bowiem otwarcie okna narażało jego szczelność na szwank: po kilku razach następowało rozdarcie i przesunięcie się wałków, a mozolna praca szła na marne właśnie w czasie, gdy z powodu zimna ponowne jej wykonanie było wykluczone, a w każdym razie utrudnione. W obawie przed tem nie wietrzyło się wcale, najwyżej lufcikiem lub drzwiami, gdzie niema lufcika; łatwo się domyśleć, że tak „przewietrzane" mieszkanie stawało się w ciągu zimy hodowlą wszelkich zarazków i zaprzeczeniem najprymitywniejszych pojęć higjeny.



Metalowy uszczelniacz „Superhermit". Giętka taśma z fosforobronzu przytwierdzona gwoździkami do wrębu ramy okiennej; przylega swoim wolnym kantem ściśle do futryny, wypełniając w ten sposób szparę.



W nowoczesnych gospodarstwach domowych, zwłaszcza w mieście, sprawa uszczelnienia okien nie jest połączona tylko z ciepłem i oszczędnością opału.

Pani domu chce mieć w mieszkaniu jak największą czystość; kurz i sadze, przenikające zzewnątrz przez szpary okien i drzwi, muszą być w ciągu całego roku zwalczane; uszczelnienie szpar jest jedynym i najskuteczniejszym na nie sposobem. Na ruchliwszych ulicach wietrzy się i chłodzi mieszkanie nocą; w dzień pozostają okna zamknięte, by nie dopuścić kurzu ani wyziewów ulicy.

Metalowy uszczelniacz *SUPERHERMIT*, sporządzony z giętkiego fosforo-bronzu, okazał się w dziedzinie uszczelniania okien i drzwi wręcz rewelacyjnym wynalazkiem, który zdobył sobie uznanie licznych kół. Fosforobronz posiada właściwości, dzięki którym uszczelnianie staje się na długi szereg lat trwałem i niezawodnem; jest on bardzo elastyczny, mocny, nie ulega zużyciu i nie rdzewieje. Estetyczny wygląd uszczelniacza Superhermit stawia go na pierwszem miejscu przed innemi środkami uszczelniającemi jak wata, guma i t. p.

Uszczelnienie okien Superhermitem zabezpiecza mieszkanie od przeciągów i chłodu — co daje oszczędność opału; umożliwia zarazem dokładne wietrzenie mieszkania, a więc odpowiednie warunki higjeniczne. Ponadto uszczelniacz ów tamuje hałas z ulicy i przyczynia się do spokojniejszego snu czy wypoczynku. Jego dokładne uszczelnienie chroni od kurzu i sadzy, których w miastach znajdujemy wiele wewnątrz futryny i w mieszkaniu, mimo normalnie pozamykanych okien. Dzięki większej czystości w mieszkaniu firanki i pokrycia mebli brudzą się mniej prędko, co również należy zaliczyć do pośrednich korzyści stosowania Superhermitu do zaopatrywania okien.

Cena uszczelniacza wraz z założeniem go jest obliczana od ilości metalowej taśmy zużytej na dany otwór. Cena ta, pozornie wyższa od cen innych środków uszczelniających, jest istotnie niższa od tamtych wobec długoletniej korzyści, jaką daje Superhermit. Czytelniczki, które chciałyby zobaczyć okno uszczelnione Superhermitem, mogą je obejrzeć w Instytucie Gospodarstwa Domowego, w godzinach biurowych.

INSTYTUT GOSPODARSTWA DOMOWEGO

CECHA INSTYTUTU GOSP. DOM. NA ROK 1933/34 Nr. 50. SZLIFOWANE NACZYNIA ALUMINJOWE MARKI „PELIKAN".

Wytwórca i sprzedawca Krzysztof Brun i Syn, Warszawa, ul. Bielańska Nr. 2 i filje.

Cena według cennika naczyń aluminjowych matowych

Opis. Naczynia „szlifowane" aluminjowe „Pelikan" są wykonane z normalnego czystego aluminjum i poddane szlifowaniu w celu otrzymania gładkiej powierzchni, łatwej do mycia. Uchwyty są zrobione z „białego metalu", słabo nagrzewającego się. Naczynia szlifowane produkuje się według wszystkich wzorów naczyń aluminjowych matowych.

Zastosowanie. W naczyniach aluminjowych można gotować prawie wszystkie potrawy. Znane czernienie naczyń aluminjowych jest nieszkodliwe, gdyż powstający osad nie wpływa wcale na przewód trawienny. Naczynia szlifowane łatwiej można oczyścić niż matowe, przytem wyglądają one bardzo estetycznie.

Uwaga. Polecamy czyszczenie naczyń aluminjowych słabemi kwasami, np. octem zmieszanym z gliną szlamowaną, odpadkami z rabarbaru, obierzynami z jabłek. Jeżeli przy pocieraniu plamy nie schodzą, to oczyścić wełną stalową lub pastą „Preczbrud" (cecha Instytutu Nr. 20). Codzienne mycie należy wykonywać w wodzie ciepłej z mydłem, nie dodając ługu, sody ani popiołu. Nie czyścić również piaskiem ze względu na rysowanie się powierzchni.

Z PRAC NORMALIZACYJNYCH

Dnia 12. u. m. odbyło się posiedzenie Podkomisji Gospodarstwa Domowego przy Polskim Komitecie Normalizacyjnym, w lokalu Instytutu Gospodarstwa Domowego.

W zebraniu wzięli udział przedstawiciele: Polskiego Komitetu Normalizacyjnego, Instytutu Gospodarstwa Domowego, Związku Pań Domu, fabryki naczyń aluminjowych „Światowit", fabryki wyrobów platerowanych Józef Fraget i fabryki wyrobów platerowanych B-cia Henneberg, przedstawiciele konsumentów i inni. Przewodniczyła zebraniu p. Janina Huberowa, referowała p. Jadwiga Romanowa.

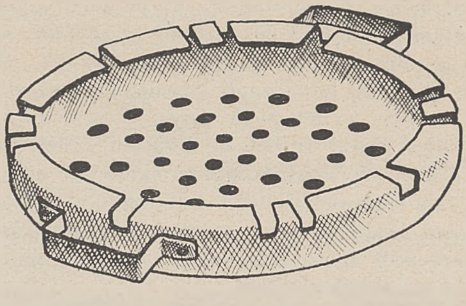
Na podstawie prac poszczególnych sekcji zebranie ustaliło następujące normy:

1. normy dla garnków aluminjowych głębokich (do gotowania zup), półgłębokich (do przyrządzania mięsa);

2. normy dla trzech „łyżek miarowych" o pojemnościach 15 cm^3, 5 cm^3 i 1 cm^3 (do dokładnego wymierzania produktów żywnościowych *).

Postanowiono, że dalsze prace Podkomisji Gospodarstwa Domowego dla spraw normalizacji dotyczyć będą naczyń kuchennych aluminjowych i emaljowannych oraz sztućców.

*) W następnym numerze omówimy użyteczność „łyżek miarowych".



MODEL POLECONY DO PRODUKCJI FABRYCZNEJ. Nr. 52. „DENAREK", PRZYRZĄD CHRONIĄCY POTRAWY OD PRZYPALANIA, DOSTOSOWANY DO PALNIKÓW GAZOWYCH, NAFTOWYCH I SPIRYTUSOWYCH.

Projekt Wacława Schellera. Warszawa, ul. Dworska 14/16. Sprzedaż na zamówienie pod wymienionym adresem.

Cena nieustalona.

Opis: „Denarek" jest to podstawka dostosowana do stawiania na palniki różnych maszynek; ma ona kształt jakby rondelka dziurkowanego o dwóch uszach, ustawionego dnem do góry. Wykonana z blachy żelaznej; w denku posiada otworki i wytłoczone guziczki, które nie pozwalają, aby dno naczynia zatykało otworki; celem otworków jest odprowadzenie gazów spalinowych i równomierne ogrzewanie niemi całego dna naczynia. Podstawa „Denarka" posiada szereg wycięć, które umożliwiają niewywrotne ustawienie przyrządu na palnikach gazowych różnego typu, na maszynce spirytusowej „Emes" 1 i 2, na maszynce spirytusowej „Atis" i na primusie.

Zastosowanie. „Denarka" należy używać tylko do gotowania i odgrzewania gęstych potraw, gdyż przy zastosowaniu „Denarka" dno naczynia nagrzewa się równomiernie i płomień nie „chwyta", czyli nie przypala potraw w miejscach najsilniej nagrzanych. Posiłkowanie się „Denarkiem" nie zwiększa nadmiernie zużycia paliwa, ale stosować go należy tylko przy potrawach łatwo przypalających się. Płomień powinien być uregulowany i niezbyt wielki, tak aby „Denarek" nie rozgrzewał się niepotrzebnie. Ustawiając „Denarek" na płomieniu, trzeba uważać, by żeberka palnika weszły w nacięcia podstawy, co zapobiega wywróceniu się naczynia.

WYKŁADY INSTYTUTU

W dniu 20 października w lokalu Państwowej Szkoły Pracy Domowej, pl. Trzech Krzyży 18 odbył się 10-y wykład Instytutu p. t. *„Wartości odżywcze baraniny"*, wygłoszony przez profesora *Jana Rostafińskiego*. Wykład wzbudził duże zainteresowanie ze względu na aktualność zagadnienia wobec konieczności poparcia krajowego owczarstwa. Odbitkę z wykładu prof. Rostafińskiego Instytut roześle bezpłatnie wszystkim członkom Instytutu i oddziałom Z. P. D. po otrzymaniu 30 groszowego znaczka pocztowego.

W dniu *17 listopada* w lokalu Państwowej Szkoły Pracy Domowej, pl. Trzech-Krzyży 18, odbędzie się 11-ty wykład Instytutu p. t. *„Pieczywo i jego własności w związku z surowcami i sposobami przygotowania"*, wygłosi go *W. Iwanowski*, profesor Politechniki Warszawskiej.

ZWIĄZEK PAŃ DOMU

PRACA W ODDZIAŁACH

Oddział w Kutnie po wakacjach urządził 2 zebrania członkowskie w dn. 21 i 28 września w związku z urządzeniem wystawy p. n. „Racjonalne nakrycia stołów". Wystawę powyższą urządzono łącznie z pokazem koronek siatkowych, wyrabianych przez włościanki z pow. Gostyńskiego, dzięki staraniom Związku Pracy Obywatelskiej Kobiet. Wystawę zwiedziło około 400 osób. Największe zainteresowanie budził stół nakryty według mody z przed lat pięćdziesięciu, ustawiony dla kontrastu przy nakryciach nowoczesnych. Na wystawie był bufet, urządzony staraniem członkiń.

Oddział w Kutnie zakupił obligację Pożyczki Narodowej.

Oddział we Lwowie po przerwie wakacyjnej rozpoczął swą pracę od zebrania zwyczajnego w dniu 1 września przy bardzo licznym udziale członkiń. Dr. Franciszek Tomaszek, dyrektor szkoły handlowej, wygłosił odczyt „O organizacji pracy", a p. K. Hojnacka pogadankę „O najnowszych prądach w modzie", ilustrowaną przezroczami najnowszych modeli.

Urządzono dwudniowy kurs przyrządzania marmelad i powideł. Do użytku członkiń oddano wypożyczalnię książek i czasopism z bibljoteki Oddziału.

Oddział w Łodzi w dn. 12 maja r. b. dokonał nowych wyborów do władz Oddziału. Obecnie skład Zarządu przedstawia się następująco: przewodnicząca p. Karolina Skalska, wice przewodniczące: pp. Mogilnicka i Słoniowska, sekretarka p. Skrzyńska, skarbniczka p. Buttlerowa. Adres Oddziału: ul. Piotrkowska 108.

W dniu 15 września odbyło się pierwsze powakacyjne zebranie Zarządu Oddziału, na którem ustalono program prac na rok bieżący. 25 września odbyła się herbatka towarzyska, a 28 września wycieczka członkiń do Państwowego Instytutu Badania Środków Spożywczych. Wycieczka była związana z odczytem p. inż. Kiełbasińskiej „O fałszowaniu produktów".

Zapoczątkowano bibljotekę dla użytku członkiń.

Oddział we Włocławku dokonał w dniu 23 maja r. b. nowych wyborów do władz Oddziału. Przewodniczącą została p. Stefanja Obtułowiczowa, wice przewodniczącą p. Marja Małżowska, sekretarką p. Paszyńska, skarbniczką p. Marynowska. W dn. 23 maja odbył się pokaz racjonalnego prania. W ciągu roku sprawozdawczego Oddział prowadził przedszkole dla dzieci swych członkiń. Co poniedziałek odbywały się zebrania członkiń z robótkami ręcznemi.

Oddział w Poznaniu rozpoczął swą działalność powakacyjną w dn. 4 września r. b.; p. Zawadzka wygłosiła referat „Dżemy i marynaty". Na drugim zebraniu z dn. 2. X. p. Skorzewska odczytała I rozdział z tłumaczonej przez siebie książki I. Gilberth: „Twórczyni ogniska domowego i jej zadania".

Oddział w Poznaniu zakupił Pożyczkę Narodową. Oddział brał udział w wystawie p. n. „Zdrowie, przyroda, opieka społeczna" i urządził stoisko według projektu inż. arch. Czarneckiej. Stoisko przedstawiało całe mieszkanie, przeznaczone dla inteligentnej rodziny. Składało się ono z 2 pokoi mieszkalnych, przedpokoju, wnęki kuchennej i łazienki, gdzie zamiast kosztownej wanny zrobiono prysznic z gorącą i zimną wodą. Pokój dla pomocnicy domowej nie był przewidziany, w założeniu, że pani domu sama prowadzi gospodarstwo przy pomocy przychodniej. Stoisko ZPD cieszyło się wielkiem powodzeniem. Liczne listy, otrzymywane przez Oddział w Poznaniu z różnych stron kraju z pytaniami oraz zamówieniami, świadczą, że udział Oddziału w wystawie spełnił swe zadanie.

Oddział w Warszawie. Pierwsze powakacyjne zebranie miesięczne odbyło się dn. 6 października z bardzo licznym udziałem członkiń.

P. Iza Mandukowa wygłosiła bardzo interesujący, rzeczowo opracowany, oparty na danych statystycznych i nader aktualny referat p. t. „Kobieta jako czynnik ekonomiczny w państwie". Prelegentka wykazała rolę kobiety, jako pionierki wytwórczości krajowej, jako tej, która stojąc na czele rodziny, dysponuje jej środkami, co czynić powinna z zupełnem zrozumieniem i uświadomieniem gospodarczem. Obowiązkiem naszym jest przedewszystkiem popieranie wytwórczości krajowej, zwłaszcza w zakresie przywozu towarów zagranicznych, które mogą być lub są już produkowane w kraju. Musimy zwalczać utarte a niesprawiedliwe przekonanie nieuświadomionych mas, że produkt zagraniczny jest lepszy. Prelegentka kładzie nacisk na to, że żadna z nas nie jest zmuszona do nabywania towaru zagranicznego pochodzenia; żądając stale towarów krajowych przy zakupach, zmusimy kupiectwo do właściwego ustosunkowania się do interesów naszego przemysłu, do umiejętnej oceny i reklamy wytworów krajowych, a tem samem pobudzimy wytwórców do ulepszania i wzmożenia produkcji oraz powiększymy dobrobyt państwa. P. Mandukowa na zakończenie zaznaczyła, iż wielkiem ułatwieniem dla nabywców byłoby wprowadzenie znakowania wszystkich wyrobów, a więc opatrywanie wyrobów krajowych znakiem i adresem wytwórni; zagranicznych zaś — napisem z zaznaczeniem nazwy państwa, skąd pochodzą. Po zakończeniu referatu wywiązała się żywa dyskusja.

P. Elżbieta Kiewnarska wygłosiła pogadankę „O przetworach owocowych i jarzynowych", przyczem wskazała owoce, nadające się najbardziej na kompoty, marynaty i dżemy oraz zaznajomiła słuchaczki z wartością syropu kartoflanego jako dodatku (do 50%) do cukru.

Na zakończenie zebrania rozlosowano szereg konserw.

Następne zebranie odbędzie się 3 listopada r. b.

Biuro Związku przyjmuje zapisy na *kursy* gospodarstwa domowego dla pomocnic domowych.

Poradnia czynna jak zwykle w środy od 12 — 14-ej. *Czytelnia* — w poniedziałki i środy od 17—19-ej.

18 listopada b. r. w salonach Rady Miejskiej odbędzie się *Czarna Kawa*, mająca na celu zbliżenie towarzyskie członkiń oraz powiększenie dochodów Oddziału.

Wpłacamy wszyscy drugą ratę na Pożyczkę Narodową

NASZ KONKURS IMIENINOWY



Pani domu sprząta sama z łatwością przy pomocy kompletu „Sunny Mop" i śmietniczki o długiej rączce.

Napływają nowe prenumeraty osób, które biorą udział w Konkursie Imieninowym.

Czy w dzisiejszych trudnych warunkach — gdy Pani musi odmawiać tylu swym życzeniom — nie przydałaby się Pani:

1) **Szczotka Sunny Mop** wraz z rękawiczką i politurą do zamiatania szybszego i czystszego niż zazwyczaj, albo
2) **kasetka doskonałych kosmetyków krajowych Deva,** lub
3) **haftowany kolorowy biegnik,** który w braku kwiatów pięknie ożywi obrus na stole?

W konkursie może brać udział każdy. Trzy nagrody będą przyznane osobom, które do dn. 28 grudnia r. b. wpłacą **największą ilość nowych prenumerat PANI DOMU** na imieniny i t. p. okoliczności dla swych znajomych.

Prenumerata miesięcznika PANI DOMU to najmilszy i najtańszy podarek.

Szczegóły konkursu są podane w Nr. 10-ym r. b. PANI DOMU.

POGADANKI LISTOPADOWE POLSKIEGO RADJA W WARSZAWIE

W każdy dzień powszedni, godz. 7.52: — Chwilka gospodarstwa domowego.

W każdą niedzielę i święta, godz. 9.52: — Chwilka gospodarstwa domowego.

2-go, czwartek, godz. 16.40: — p. Wanda Pełczyńska — Pamięci kobiet poległych w walce o niepodległość.

5-go, niedziela, godz. 17: — p. Sobieszczańska — Czy umiemy wyprać trykotaże?

9-go, czwartek, godz. 16.40: — p. Magdalena Skarżyńska — Co kobieta wnosi do pracy społecznej.

12-go, niedziela, godz. 17: — p. Adynowska — Biała firanka.

16-go, czwartek, godz. 16.40: — p. Halina Lutostańska — Należyte wyzyskanie opału węglowego.

19-go, niedziela, godz. 17: — Audycja specjalna.

23-go, czwartek, godz. 16.40: — p. Marja Ankiewiczowa — Przegląd czasopism kobiecych.

26-go, niedziela, godz. 17: — p. Brzoskówna — Jak kochać własne dziecko.

30-go, czwartek, godz. 16.40: — p. Halina Siemieńska — Obywatele drugiego rzędu.

10 PRZYKAZAŃ WARCHOLSKICH

Bolączką wielu stowarzyszeń jest garść członków-malkontentów, którzy czynem nie umieją poprzeć swej organizacji, a współpracę wyrażają jedynie w krytyce i wiecznem wyszukiwaniu dziury w całem. Do tych, którzy tamują i utrudniają każdą twórczą pracę społeczną, możnaby zastosować następujące „wskazówki dla rozbijania stowarzyszeń".

1. Nie uczęszczaj z zasady na zebrania.
2. O ile jednak wypadkiem raczysz przyjść na zebranie, zjaw się z godzinnem opóźnieniem.
3. Cokolwiekby na zebraniu zaszło, oskarżaj o to kierownictwo.
4. Krytykuj bezwzględnie i stale tych, którzy cokolwiek w stowarzyszeniu robią, a stronników zawsze znajdziesz.
5. Nie przyjmuj nigdy żadnego stanowiska.
6. Pamiętaj, że gdy zaczniecz coś realnego robić, zabraknie ci czasu na „ujadanie".
7. Nie wyjawiaj nigdy jasno swego zdania.
8. Sam nie rób nic, przeszkadzaj w pracy innym.
9. Nie śpiesz się z zapłaceniem składki członkowskiej, wymyślaj zato, że stowarzyszenie szafuje groszem pupublicznym.
10. Nie werbuj nowych członków stowarzyszenia — „pluj raczej we własne gniazdo".

DOKĄD IDĄ PIENIĄDZE PANI DOMU?

Na zasadzie statystyki obliczono w Niemczech, że z każdych stu marek, wydanych przez gospodynię, przypada na dokonane zakupy:

w sklepach detalicznych	— 61.69 mk
u rzemieślników	— 27,14 „
na targach miejskich	— 4,52 „
w wielkich magazynach	— 3,58 „
w spółdzielniach	— 2,58 „

Powoływanie się przy zakupach na ogłoszenia w PANI DOMU zapewni czytelniczkom lepszą obsługę,

Prosimy zatem o dokładne czytanie ogłoszeń, popieranie firm ogłaszających się w PANI DOMU przez robienie u nich zakupów oraz o powoływanie się na pismo.

Podejmowanie gości jest największą przyjemnością,

gdy się wie:

kogo zaprosić
jak się ubrać
co podać
jak nakryć

Dobrą radę w tym względzie przyniosą artykuły:

Nakrywanie do stołu — Nr. 7, 1930

Gość w dom.,.
Dekoracja stołu
Różne nakrycia na różne okoliczności
Przyjęcia bufetowe i przepisy na nowe potrawy
Kiedy urządzać bufet, a kiedy kolację „zasiadaną"
Strój pokojowej
Goście mile widziani

Te ostatnie artykuły zawiera specjalny numer, poświęcony urządzaniu przyjęć.

Oba numery na wyczerpaniu. Można wszakże je nabyć w Administracji PANI DOMU, Warszawa, Nowy Świat 9 po cenie zł. 1,— każdy lub zł. 1.80 oba razem pieniądze należy wpłacić na konto PKO Nr. 7.740 lub przesłać znaczkami pocztowemi.

POSTĘP W DZIEDZINIE KOSMETYKI

Dotychczas tylko garstka kobiet zamężnych mogła sobie pozwolić na racjonalne pielęgnowanie urody, bowiem środki kosmetyczne sprowadzane przeważnie z zagranicy były dla wielu niedostępne, ze względu na ich wygórowaną cenę. Skuteczność zagranicznych kosmetyków często bywała tylko pozorna i okupiona uszczerbkiem dla zdrowia, zawierały one bowiem niejednokrotnie składniki szkodliwe. W dobie obecnej nasz rodzimy przemysł kosmetyczny wyrabia środki do pielęgnowania urody nieustępujące w niczem najlepszym markom zagranicznym, a nadto są one znaczenie tańsze.

Rozumie się, że przy doborze środków kosmetycznych wskazana jest najdalej posunięta ostrożność i należy używać kosmetyków wyrabianych przez poważne firmy. Do takich wytwórni kosmetycznych należy zaliczyć w pierwszej linji firmę Fryderyk Puls w Warszawie, której artykuły cieszą się ogólnem uznaniem, nawet poza granicami kraju od wielu dziesiątków lat. Firma Puls rozszerzyła ostatnio znacznie dział kosmetyczny i wyrabia — obok wypróbowanych oddawna znanych środków—szereg nowości z dziedziny kosmetyki. Fachowo wyszkolony personel udziela wskazówek, dotyczących doboru i sposobu użycia każdego artykułu.

Warunki prenumeraty. W kraju rocznie zł. 12, półrocznie zł. 6, kwartalnie zł. 3. Dla członkiń Zw. Pań Domu rocznie zł. 10. półrocznie zł. 5. kwartalnie zł. 2.50. Zagranicą rocznie zł. 20.

Prenumerata zniżkowa uwzględniana będzie jedynie w wypadku podania N=ru legitymacji członkowskiej.

Konto czekowe w P. K. O.: Miesięcznik Pani Domu Nr. 7.740.

Zmiana adresu będzie uskuteczniana za opłatą gr. 50; konieczne jest wyraźne podawanie imienia i nazwiska oraz dokładnego dawnego i nowego adresu.

Numery okazowe wysyła się po nadesłaniu adresu i 50 gr. w znaczkach pocztowych.

Adres Redakcji i Administracji miesięcznika PANI DOMU: Warszawa, Nowy Świat 9, tel. 8-34-40.

Wydawca: Instytut Gospodarstwa Domowego w osobie J. Huberowej. **Redaktorka:** Marya Romanowa

3722. *Drukarnia Gospodarcza, Warszawa, Wspólna 54. Tel. 8-84-12.*



Niezrównany środek do czyszczenia i utrzymania porządku w gospodarstwach domowych, w hotelach, restauracjach, mleczarniach, browarach, cukierniach, wszelkiego rodzaju rozlewniach, szpitalach, sanatorjach, garażach, warsztatach mech. i fabrykach, szkołach, publicznych instytucjach, wreszcie w domach prywatnych.

ŻĄDAĆ WE WSZYSTKICH SKLEPACH SPÓŁDZIELCZYCH.

Gwarantowanej dobroci artykuły do użytku domowego spółdzielczej produkcji oznaczone marką

„SPOŁEM"

nabywać można w Warszawie w spółdzielniach:

MYDŁO DO PRANIA

PROSZEK SAMOPIORĄCY

ZAPRAWA I PASTA DO PODŁÓG

PASTA DO OBUWIA

ULTRAMARYNA

MYDŁA TOALETOWE

ŚWIECE

PŁYN DO CZYSZCZENIA METALI

Spółdzielnia Spożywców „Zjednoczenie" sklepy: Dzika 36, Czerniakowska 206, Zielna 41, Focha 9, Krasińskiego 20 (Żoliborz), Mickiewicza 27 (Żoliborz), Kredytowa 16, Hoża 24, Mokotowska 7, Chłodna 26, Chłodna 68, Żelazna 31, Grójecka 26.

Spółdzielnia Spożywców Centrali Ministerstwa Skarbu w Warszawie, sklepy: Leszno 5, Aleja Szucha 16, Niegolewskiego 11, Inflancka 1, Agrykola 9, Filtrowa 81, Marymoncka 3, Topolowa 11, Rakowiecka 57, Mickiewicza 18, Kolonja Pocztowców Babice.

Spółdzielnia Spożywców „Łączność", sklepy: Wolska 105, Wolska 54.

Spółdzielnia Spożywców Centrum Wyszkolenia Sanitarnego ul. Górnośląska 45.

Spółdzielnia Spożywców „Prażanka" ul. Kawenczyńska Nr. 39.

Spółdzielnia Spożywców „Gospoda Spółdzielcza" Żoliborz, sklepy: Ustronie 2, Suzina 3, Krasińskiego 10, Krasińskiego 18.

Spółdzielnia Spożywców „Sklep Społeczny" ul. Wiktorska 6.

Spółdzielnia Spożywców „Nasza Jutrzenka" ul. Złota 39.

Spółdzielnia Spożywców „Samopomoc" ul. Żórawia 44.

Spółdzielnia Spożywców Pracowników Wodociągów i Kanalizacji, sklepy: ulica Koszykowa 81, ul. Czerniakowska 126.

Spółdzielnia Spożywców „Jutrzenka" Nowe Bródno ul. Białołęcka 26.

Spółdzielnia Spożywców „Przezorność" Pelcowizna, ul. Warmińska 39.

Spółdzielnia Spożywców przy Fabryce Aparatów Elektrycznych Szpotańskiego ul. Kałuszyńska 4.

3722. *Drukarnia Gospodarcza, Warszawa, Wspólna 54. Tel. 8-84-12*